

Министерство образования и науки Российской Федерации
Российский государственный профессионально-педагогический университет
Уральское отделение Российской академии образования
Академия профессионального образования

Г. П. Селиверстова
Е. А. Югова

**Личностно ориентированная профилактика
аддиктивного поведения учащихся**

Екатеринбург
2004

УДК 612. 821: 613, 83: 371. 7

ББК Ч 31.2

С 29

Селиверстова Г.П., Югова Е.А. Личностно ориентированная профилактика аддиктивного поведения учащихся. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2004. 173 с.

ISBN 5 - 8050 - 0141 - X

В монографии рассматриваются современные психофизиологические методы диагностики состояния здоровья субъектов образовательного процесса и психофизиологические основы здоровьесбережения в образовании, актуальные на сегодняшний день вопросы, связанные с профилактикой наркомании и токсикомании.

Книга предназначена для преподавателей, социальных работников и педагогов, а также для тех, кто интересуется проблемой наркомании и способами ее профилактики.

Рецензенты: кандидат медицинских наук, доцент Л.А.Сарапульцева (Российский государственный профессионально-педагогический университет); кандидат биологических наук учитель высшей категории Т.В. Зуева (МОУ «Средняя экологическая школа №3»).

Работа выполнена при поддержке Российского гуманитарного научного фонда, проект № 02-06-00103а.

ISBN 5 - 8050 - 0141 - X

© Российский государственный
профессионально-педагогический
университет, 2004

© Селиверстова Г.П., Югова Е.А.,
2004

Введение

В настоящее время во всем мире резко возросло производство, распространение и употребление наркотиков. Сорок процентов мирового «наркотического потока» оседает в России. Давлению со стороны наркокультуры и наркобизнеса в большей степени подвергаются дети, подростки, студенты. Возраст наркоманов в основном составляет 13 – 25 лет. Под угрозой находится треть нового поколения страны. Наркомания перешла в разряд одной из важных проблем нашего общества.

Сегодня нереально ставить вопрос о полном предупреждении употребления наркотиков. Наиболее адекватной является стратегия сдерживания.

Однако функционирующая до сих пор негативно ориентированная профилактика злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ), акцентирующая внимание на отрицательных последствиях приема ПАВ, недостаточна. Она не обеспечивает достижение поставленных целей, так как не устраняет причины, порождающие психическую и личностную дезадаптацию и побуждающие детей и молодежь вновь и вновь обращаться к ПАВ. Именно поэтому стратегическим приоритетом первичной профилактики следует признать создание системы позитивной профилактики, которая комплексно рассматривает патологию, проблему, ее последствия, а также защищающий от возникновения проблем потенциал здоровья – освоение и раскрытие ресурсов психики и личности, поддержку молодого человека и помощь ему в самореализации собственного жизненного предназначения.

В центре внимания современной концепции первичного, раннего предупреждения употребления наркотиков и других ПАВ, роста наркомании среди детей и подростков должна находиться личность несовершеннолетнего и три основные сферы, в которых реализуется его жизнедеятельность: семья, образовательное учреждение и досуг, включая связанное с ним микроокружение. Особое внимание следует уделить профилактике

аддиктивного поведения подростков как пагубной привычки употребления наркотиков без развития болезненного пристрастия к ним в течение некоторого временного периода.

Программа профилактики аддиктивного поведения учащихся, представленная в настоящей книге, предусматривает активизацию в образовательной сфере личностно ориентированных профилактических мероприятий, включающих:

- внедрение в систему образования технологии прогнозирования возможности употребления учащимися ПАВ, позволяющей выделять «группы риска» в отношении аддиктивного поведения подростков;

- формирование возрастных новообразований, личностных ресурсов, навыков решения возрастных задач, обеспечивающих развитие у молодых людей социально-нормированного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизнедеятельности, действенной установки на отказ от приема ПАВ;

- использование в образовательной среде инновационной личностно ориентированной психолого-педагогической технологии, способствующей развитию у подростков ценностей здорового образа жизни, мотивов межличностных отношений, выработке установки на отказ от «пробы» и приема наркотиков и других ПАВ.

Результаты апробации программы в учебных заведениях Екатеринбурга свидетельствуют о том, что личностно ориентированная психолого-педагогическая технология профилактики аддиктивного поведения учащихся является одним из действенных средств воспитания психически здорового, личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме ПАВ.

1. ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ОСНОВЫ ГУМАННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Образование – это процесс создания человека по образу и подобию существующей в данное историческое время культуры. Культура представляет собой систему образцов поведения, сознания людей, а также предметов и явлений в жизни общества, воспроизводимую при смене поколений [110].

В современных условиях развития информационных технологий, широкого распространения психотехнологий изменяется культура, утверждается новая цивилизация, поэтому образование, как социокультурный феномен, становится решающим фактором формирования человека [54].

Начиная с 80-х гг. XX столетия, господствующая в отечественной педагогике когнитивная парадигма образования, имеющая целью формирование познавательной мотивации и познавательных способностей, усвоение знаний и способа деятельности, информационное обеспечение обучаемого, претерпевает прогрессивное развитие, последовательно включая в процесс образования личностную компоненту. В эти годы субъект-ориентированную направленность обучения, нацеленного на реализацию наследственных задатков обучаемых в пределах нормы реакции, утверждают ряд исследователей: А.А.Алексеев, Д.Л.Белухин, И.Я.Лернер, В.В.Сериков, П.Г.Щедровицкий, И.С.Якиманская [4, 11, 79, 111, 121, 124].

По мнению А.А.Алексеева, под личностной компонентой образования следует понимать элементы содержания и методы обучения, ориентированные на развитие познавательных способностей, активизацию творческой и самостоятельной деятельности, формирование обучаемости с учетом индивидуальных особенностей обучаемых [4]. Личностно ориентированную педагогическую направленность имеют: дидактическая система Л.В.Занкова [50], теория поэтапного формирования умений, действий П.Я.Гальперина, Н.Ф.Талызиной и др. [29], теория развивающего обучения В.В.Давыдова и Д.Б.Эльконина [38, 122], гуманная педагогика Ш.А.Амонашвили [5, 6].

Таким образом, эволюция педагогики как науки постепенно привела к личностной направленности образования и на современном этапе ее развития закономерно утвердилась личностно ориентированная парадигма образования. Как отмечает Э.Ф.Зеер, на смену общему и профессиональному образованию приходит совокупное личностно ориентированное образование [54].

Образование включает два взаимосвязанных процесса: обучение и воспитание. Личностно ориентированное обучение решает задачи развития личности, личностного отношения к миру, деятельности, себе, становление действенной компетенции (социальной, интеллектуальной, нравственной) обучаемого как личности, способной к самоопределению, самообразованию, самореализации и самоактуализации, создает условия, при которых учащийся становится творцом и создателем себя и собственной учебной деятельности [44, 54].

И.С.Якиманская также отмечает, что организация личностно ориентированного обучения требует новых технологий, целью которых на всех этапах обучения является не только накопление знаний и умений, но и постоянное обогащение опыта творчества, формирование механизма самоорганизации и саморегуляции личности каждого ученика [124].

Личностно ориентированное воспитание – это становление духовности личности, позволяющее ей реализовать свою природную, биологическую и социальную сущность. Целью воспитания является создание условий для удовлетворения потребности быть личностью духовно богатой, нравственно устойчивой, психически и физически здоровой. Личностно ориентированное воспитание направлено на личностные нормы, мораль, культуру, поведение [54].

Концепция личностно ориентированного образования в педагогических системах здоровьесберегающей направленности В.В.Серикова раскрывает природу и условия реализации личностно развивающих функций образовательного процесса, рассматривает личностно ориентированное образование как процесс создания условий для полноценного проявления и

развития врожденных и приобретенных личностных функций субъектов образования и сохранения их здоровья [111].

В образовательном процессе на человека действуют умственные, эмоциональные, физические нагрузки, особенности субъект-субъектных взаимоотношений, факторы новаций как внешние раздражители. Возбуждая организм, они постоянно вызывают изменения физиологических и психических процессов, характеризующие подвижность здоровья.

Подвижность здоровья, систематически протекающая в пределах одних и тех же границ, становится нормой, так как организм адаптируется к действующим нагрузкам, стабилизирует затраты на жизнеобеспечение организма. Особое значение в обеспечении такого уровня подвижности здоровья имеют субъект-субъектные отношения. Известно, что длительные перерывы в осуществлении привычных отношений человека с окружением или необычные внутренние неустраиваемые отношения с окружением дестабилизируют сложившийся внутренний баланс, вызывают десинхронизирующий эффект. Только адекватные нагрузки стимулируют развитие природоопределенного потенциала человека и подвижность его здоровья. Несоответствующие возрастным возможностям организма нагрузки, особенно в критические периоды онтогенеза, нарушают стабильность здоровья и часто являются причиной развития девиантного поведения. Следовательно, необходимо соотносить педагогические и другие возмущающие воздействия с наследственно обусловленными возможностями каждого участника образования.

Специфика образования, и лично ориентированного образования в частности, состоит в его направленности на развитие в каждом человеке социально личностных свойств. К таковым относятся: общая и профессиональная образованность, устойчивое здоровье, положительное отношение к себе и к окружению. Человек, участвуя в образовании, проявляет свои сущностные природоопределенные свойства. Благодаря единству наследственных задатков и социоопределенных условий жизнедеятельности

человека происходит формирование его психосоматических и психофизиологических особенностей и способностей. При соблюдении разумного компромисса между природоопределенной востребованностью каждого человека и социальной целесообразностью сосуществования людей проявляется антропосинергизм как объективная реальность. Объективная сущность антропосинергизма проявляется также в том, что природоопределенные задатки и условия жизнедеятельности предстают в органическом единстве как две необходимые стороны развития индивидуума [112].

Благодаря социальным условиям человек усваивает человеческий опыт, и в нем развиваются соответствующие потребности, удовлетворение которых способствует переходу наследственных задатков в способности.

Приоритетность природоопределенной данности либо социальной обусловленности в развитии способностей и поведения человека изменяется в зависимости от условий существования. Так, в условиях свободного выбора на первый план выступает природоопределенность человека. Если условия среды определяют существование человека, то они становятся ведущими в организации поступков и поведения людей. Однако и в этой ситуации наследственность у ряда субъектов превалирует и человек руководствуется собственными мотивами организации своей собственной деятельности.

Уровень наследственных задатков у людей различен. Наиболее сильные задатки перерастают в способности даже при отсутствии благоприятных условий. Небольшие по степени выраженности задатки требуют для своего развития специальных социальных условий.

У человека нет социально «хороших» или «плохих» генов, а есть индивидуальные гены, определяющие его индивидуальные особенности при взаимодействии человека со средой. Поэтому генетически заданная черта в зависимости от мотивов деятельности может получить положительный или отрицательный социальный смысл.

В реализации природоопределенных задатков и развитии фенотипических особенностей личности важную роль играет учение. Учение как социальный феномен, основанный на принципах антропосинергизма, является процессом целенаправленного присвоения обучаемым транслируемого ему социокультурного опыта; формирования нравственности, потребности в информационном обеспечении, индивидуального опыта (знаний, умений, навыков, обобщающих способов выполнения действий), социальных, учебных, профессиональных качеств и способностей; создания условий для реализации генотипа. Учение служит видом деятельности, в процессе которой субъект изменяется под влиянием внешних условий. В зависимости от результатов собственной деятельности человек строит свое поведение, формируется как индивидуум и личность. Следовательно, учение является фактором психического развития [54]. Оказывая влияние на реализацию наследственных психосоматических и психофизиологических характеристик человека, учение определяет также состояние его психического, физического и нравственного здоровья.

Системообразующим фактором современного образования является его цель – развитие человека как личности здоровой, всесторонне развитой с учетом индивидуального природоопределенного потенциала обучаемых и их потребностей. В жизнедеятельности человека как существа биосоциального, наряду с биологическими потребностями, ведущими являются потребности в информационном обеспечении, а также потребности в реализации и осуществлении себя. Последние, не будучи врожденными, требуют соответствующих педагогических условий и средств образования. В этом направлении весьма перспективными видятся разработка и внедрение в образовательный процесс личностно ориентированных психолого-педагогических технологий и технологий реализации субъект-субъектных отношений на принципах антропосинергизма. Такие технологии формируют идеальные личностно-развивающие потребности, способствуют реализации психофизиологических механизмов интеллекта личности, активизируют

мотивации к обучению, здоровьесбережению субъектов образовательных систем. В данном контексте важными принципами развивающего и здоровьесберегающего личностно ориентированного образования являются: фасилитационный принцип, основанный на реализации личности педагога, особенностей его профессионально-педагогической деятельности, и принцип реализации личностно ориентированного педагогического общения как педагогической интеракции субъектов образования [54].

Здоровьесберегающий и развивающий эффекты педагогического общения обеспечиваются путем реализации его принципов. Одним из них является принцип формирования навыков эмпатического слушания. Слушание-сопереживание, слушание-сорадость, соудивление, сочувствие, сострадание, ободряющее, поддерживающее слушание формируют уверенность в себе, исключают страх и поэтому снижают риск развития внешнего и внутреннего десинхрониза в функциональных системах «педагог – учащийся» как раннего, часто скрыто протекающего признака неблагополучия в состоянии здоровья субъектов образования, затормаживающего их развитие. Наши исследования показали, что при наличии достаточно высокого уровня развития общительности у подавляющего большинства студентов университета наблюдается заниженный (у 61,5% юношей и 57,6% девушек) и очень низкий (у 30,7% юношей и 7,8% девушек) уровень эмпатических способностей. Средний уровень эмпатии выявлен у 34,5% девушек.

Рассматривая каналы эмпатии, мы установили, что среди девушек наиболее распространен интуитивный канал (45,4%), характеризующийся способностью видеть поведение партнера и действовать в условиях дефицита информации о нем, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании; 18,1% девушек имеют установки, препятствующие или способствующие эмпатии, их внимание, восприятие и мышление направлены на сущность собеседника, его состояние, проблемы и поведение.

Среди юношей с одинаковой вероятностью (16,7%) встречаются индивидуумы, имеющие интуитивный, рациональный эмпатийные каналы и

канал идентификации, позволяющий понять другого человека на основе сопереживания, постановки себя на место партнера; 11% юношей имеют установки, способствующие или препятствующие эмпатии.

В общей массе респондентов часто встречаются юноши (22,7%) и редко девушки (9%), использующие в общении каналы проникающей эмпатии как важное коммуникативное свойство, создающее атмосферу открытости, доверительности, задушевности. Поскольку у студентов университета снижен уровень развития эмпатических способностей, то врожденные каналы эмпатии в полной мере не функционируют. Реализация общения в целом и педагогического общения в частности затруднена, проявляются формы патогенного общения.

В отличие от когнитивного образования, личностно ориентированное образование наряду с личностно ориентированным обучением и воспитанием предусматривает развитие личности, сохранение и укрепление здоровья обучаемого и обучающего при их взаимодействии в системе «педагог учащийся» на принципах антропосинергизма.

2. ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБРАЗОВАНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Эффективность реализации личностно ориентированных психолого-педагогических технологий, направленных на сохранение и укрепление здоровья, развитие личности участников образовательного процесса, тесно связана с критическими и сенситивными периодами. Критические периоды индивидуального развития человека как скачкообразные моменты развития организма, отдельных его тканей, органов жестко генетически контролируются. С ними частично совпадают сенситивные периоды. Они возникают на базе критических периодов, но менее контролируются генами и поэтому в сенситивных периодах обнаруживается большая восприимчивость организма к влияниям внешней среды, в том числе и к педагогическим воздействиям.

Критические периоды в постнатальном онтогенезе переключают организм на новый уровень онтогенеза, создают морфофункциональную основу существования организма в новых условиях жизнедеятельности. Например, активизация определенных генов обеспечивает возникновение переходного периода у подростков (периода полового созревания).

Сенситивные периоды приспособляют функционирование организма к новым условиям, оптимизируя перестроичные процессы в различных органах и системах организма, налаживая согласованную деятельность различных функциональных систем, обеспечивают адаптацию организма к умственным, физическим, эмоциональным нагрузкам. С этим связана высокая чувствительность организма к внешним влияниям в сенситивные периоды онтогенеза. Благоприятные воздействия в сенситивные периоды содействуют оптимальному разворачиванию наследственных возможностей организма, превращению врожденных задатков в определенные способности индивидуума. Неблагоприятные воздействия могут задерживать реализацию генотипа, вызывают перенапряжение функциональных систем, в первую очередь нервной системы, вследствие чего возникают различные нарушения в состоянии

здоровья человека, его психическом и физическом развитии. Антисоциальные факторы на фоне реализации наследственных задатков часто провоцируют девиантные формы поведения и противоправные, аморальные поступки.

Поскольку каждый возрастной период сенситивен к развитию определенных психосоматических признаков и свойств, психофизиологических качеств личности, то каждый период онтогенеза чувствителен к определенному типу воздействий, способствующих развитию генетически запрограммированных признаков. Из этого следует, что развивающийся индивидум на каждом возрастном этапе нуждается в особом к себе подходе, тем более что каждый возрастной период онтогенеза характеризуется определенной тематикой, которой соответствуют конкретные возрастные задачи. Для решения этих задач требуется обучение индивидуумов определенным навыкам, обусловленным возрастным периодом онтогенеза. Реализация возрастных задач является одним из необходимых условий сохранения здоровья развития личности.

Полноценное проживание человеком каждого возрастного периода способствует сохранению здоровья, нормальному переходу на следующую возрастную ступень, позволяет сформироваться необходимым для такого перехода психосоматическим и психофизиологическим новообразованиям. В связи с этим в работе с детьми всех возрастов весьма перспективной является реализация принципа «зоны ближайшего развития индивидуума» [27]. Использование этого принципа при разработке и внедрении в образование лично ориентированных здоровьесберегающих и развивающих психолого-педагогических технологий образования позволяет проектировать уровень развития индивидуума в ближайшее время. Реализация данного принципа основана на сотрудничестве и взаимообогащении обучаемого и педагога в процессе совместной деятельности: игры, общения, учения и труда.

Технология (от гр. *techne* – искусство, мастерство; *logos* – учение, понятие) – это совокупность знаний о способах и средствах проведения процессов, при которых происходят качественные изменения объекта.

Педагогическая технология – это рационально организованная деятельность, характеризующаяся определенной последовательностью операций и оснасткой, позволяющая получить гарантированный результат с наименьшими затратами и являющаяся проектом будущей учебной деятельности [4].

Психологическая технология представляет собой совокупность способов, приемов, упражнений, техник взаимодействия субъектов деятельности, направленных на развитие их индивидуальностей. Психологические технологии являются видами психологической поддержки и помощи [24].

В психолого-педагогической образовательной деятельности, развивающей личность человека, используются такие психологические технологии, как тренинги развития и коррекции личности, иммитационные и ролевые игры, групповые дискуссии. Э.Ф.Зеер выделяет следующие формы психологических технологий и соответствующие их задачам методы психологической помощи (таблица).

Психотехнические виды психологической помощи и поддержки

Формы психотехнологий	Методы психологического взаимодействия
Психологическая профилактика	Дискуссионные
Психологическое консультирование	Игровые
Психологическая корреляция	Релаксационные
Личностно ориентированная терапия	Интеллектуальные
Личностно ориентированная реабилитация	Сенситивные
	Психогимнастические

Личностно ориентированные технологии образования направлены не только на обучение, воспитание и развитие личности, но и на постоянное обогащение опыта творчества, на формирование механизма самоорганизации и

самореализации личности педагога и каждого ученика, механизма развития и реализации наследственных задатков участников образовательного процесса, их здоровья [54].

И.С.Якиманская предлагает личностно ориентированные образовательные технологии, включающие требования к учебным программам, ориентирующим на личностное развитие учащихся [124].

Э.Ф.Зеер рекомендует использовать в практической деятельности следующие виды личностно ориентированных технологий [54]:

- диалогические методы обучения (групповые дискуссии, диалогические лекции, анализ социально-профессиональных ситуаций);
- игровые технологии в форме дидактических, деловых и ролевых игр;
- тренинговые технологии (тренинги рефлексивности, профессионального поведения и др.);
- интегративные личностно ориентированные технологии, включающие диагностические семинары, тренинги, проектирование сценариев личностного роста, виртуальную реструктуризацию социально-профессиональной жизни;
- организацию учебно-пространственной среды, в которой осуществляется образовательный процесс;
- мониторинг профессионального развития обучаемых для отслеживания развития личности.

В психолого-педагогической теории и практике частично разработаны технологии организации ведущей деятельности, стимулирующей формирование психосоматических и психофизиологических новообразований, сохранение и укрепление здоровья, развитие личности субъекта: для дошкольного возраста – игровая, для младшего школьного возраста – учебная деятельность.

В разработке и организации ведущей деятельности, т. е. педагогических условий нравственного, физического, психического и личностного развития субъектов в подростковом и юношеском возрасте, приходится констатировать неопределенность. Вместе с тем именно в этом возрастном периоде

развиваются нравственные ценности, определяются жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, возникает стремление ощутить себя и стать взрослым, наблюдается тяга к общению, формируются личностные смыслы жизни, влияющие на состояние здоровья. Основными новообразованиями в подростковом возрасте являются сознательная регуляция своих поступков, умение учитывать чувства, интересы других людей и ориентироваться на них в своем поведении [21]. В юношеском возрасте основным новообразованием является готовность к личностному и профессиональному самоопределению.

Успешность развития новообразований, их характер и тесно связанные с ними состояние здоровья и поведение субъекта в значительной степени зависят от успешности решения возрастных задач. Т.И.Шульга, В.Слот, Х.Спаниард выделяют следующие возрастные задачи для индивидуумов подросткового и юношеского возраста (13 лет – 21 год) [120].

1. Освобождение от зависимости, приобретение автономии – подросток должен стать менее зависимым от родителей, научиться строить бесконфликтные отношения с ними (13 – 15 лет), определить свое место в семье и среди родственников (16 – 18 лет).

2. Здоровье и внешность – подросток должен заботиться о хорошем физическом состоянии, внешнем виде, питании, избегать излишнего риска, самостоятельно следить за своим весом, физическим состоянием и развитием (13 – 15 лет), вести здоровый образ жизни, вовремя останавливаться при наличии вредных привычек (16 – 18 лет).

3. Свободное время – подросток должен уметь устраивать интересные мероприятия, полноценно проводить время, свободное от обязанностей, уметь выбирать для свободного времени нужные, полезные дела, приносящие удовлетворение (16 – 18 лет).

4. Интимность и сексуальность – открытие для себя возможностей и желаний в сфере интимных и сексуальных отношений: открытие для себя

телесных изменений сексуальности (13 – 15 лет), половая идентификация, выбор партнера для любви и продолжения отношений с ним (16 – 19 лет).

5. Учеба или работа – приобретение знаний и умений, позволяющих выбрать себе работу и хорошо работать по выбранной профессии (учеба, направленная на выбор профессии (13 – 15 лет); самостоятельный выбор учебы для приобретения профессии, самостоятельность в учебе (16 – 18 лет)).

6. Социальные контакты, дружба, установление и поддержание контактов – подросток должен выработать умение оценить, что могут дать ему контакты с другими: умение показывать свои чувства и видеть, как другой реагирует на твои чувства, готовность к дружбе (13– 15 лет); умение ценить другого, контакты с другими, умение выразить свои чувства, ухаживать за другими и т.д. (16 – 18 лет).

7. Авторитет и инстанции – принятие факта, что определенные лица и инстанции поставлены над тобой, умение постоять за себя в рамках действующих правил и законов: неподчинение власти, протест против требований (13– 15 лет); осознание необходимости подчинения требованиям и властям (16 – 18 лет).

8. Создание и поддержание в порядке собственных жилищных условий – поиск и создание места для проживания, умение поддерживать нормальные отношения с домашними и соседями по квартире, умение подчиняться правилам, установленным там, где живешь (13 –15 лет), умение самостоятельно строить взаимоотношения с тем, с кем живешь (16 – 18 лет).

Если индивидуум обладает навыками, достаточными для реализации возрастных задач в повседневной жизни, то он живет и действует социально компетентно и у него формируются адекватные возрастные новообразования, способствующие сохранению здоровья и организации адекватного поведения.

Компетенция – это основанная на знаниях, умениях и навыках активная модель действия. Социальная компетенция рассматривается как состояние равновесия между индивидуумом и обществом. Человек функционирует не компетентно, если возрастные задачи слишком сложны или если человек

обладает недостаточным количеством навыков и умений для решения повседневных возрастных задач. Это вызывает напряжение нервно-психических процессов, внутренний функциональный десинхронизм, что является признаком неблагополучия в состоянии здоровья человека.

Модель социальной компетенции включает следующие взаимосвязанные элементы, которые сопровождают человека в повседневной жизни:

- задачи (обязанности) – это то, с чем сталкивается человек в повседневных контактах с обществом в соответствии с возрастом;

- навыки – это формы поведения, необходимые для выполнения конкретных задач, которые дают возможность выполнять отдельные задачи. Человек обладает когнитивными, социальными и практическими навыками;

- поведение – все то, что человек делает, о чем думает, что чувствует;

- гибкость -- индивидуальные качества человека, помогающие ему успешно приспосабливаться, несмотря на риск и неудачу. К ним относятся: уверенность в себе (чувство, что трудности преодолимы), положительные личностные качества (позитивный образ себя, склонность к самостоятельности), ум, характер;

- защитные факторы – это аспекты окружения индивидуума, которые защищают его от риска и неудачи (важный человек, оказывающий поддержку и определяющий смысл жизни; поддержка, исходящая от родных и близких; хорошие взаимоотношения), вступление в хорошие взаимоотношения с воспитателем, тренером, наставником, которые оценивают поведение и деловые качества;

- патология – не принятый в данной культуре тип поведения, сопровождающийся следующими явлениями: страдание (страх, боль, горе у самого человека или у другого человека), недостаточно хорошее функционирование организма, увеличение риска соприкосновения со страданиями, смертью или утратой свободы. Отклонения в поведении могут быть связаны с настроением, познанием и восприятиями;

• стресс-ситуации – это ситуации, из которых человеку трудно найти выход и которые негативно влияют на его функциональное состояние. Стресс у подростка вызывают такие факторы, как утрата любимого человека, развод и повторный брак родителей, хронические заболевания, стихийные бедствия, катастрофы, подверженность продолжительной психической угрозе, сексуальное насилие и его последствия, последствия дорожно-транспортных катастроф, провал на экзамене, потеря работы. Характер и степень психосоматических проявлений стресса зависят от того, каким образом события и обстоятельства переживаются и интерпретируются субъектом. На этом основании к стрессовым ситуациям относятся и переживания не очень сильные. Накопление стрессовых ситуаций ведет к проблемам в состоянии здоровья или, наоборот, помогает приобрести гибкость.

Стрессовая ситуация и патология затрудняют выполнение возрастных задач и формирование новообразований. Гибкость и защитные факторы способствуют уменьшению негативного влияния стрессовой ситуации и патологии и облегчают их.

Недостаток компетенции может привести к стрессу и развитию патологии, которые в поздние возрастные периоды онтогенеза могут влиять на то, как человек выполняет стоящие перед ним возрастные задачи.

Если человек в своей жизни рано начинает функционировать компетентно, то он обретает большую уверенность в себе, общительность и проявляет широкий интерес к окружающему миру. У него формируется гибкость как фактор, облегчающий выполнение задач, стоящих перед ним в более позднем возрасте. Уверенность в себе и широкие интересы могут сделать человека более привлекательным для окружающих, и как следствие этого мобилизуются его защитные факторы. Вместе с тем позитивные изменения в окружении, физическое и психическое созревание, обретенные навыки, другой партнер, новая работа, понимание того, что в детстве человек был обделен, могут привести к положительным изменениям в развитии, бывшем до сих пор проблемным.

Модель социальной компетенции позволяет диагностировать состояние социальной компетенции подростка и оказывать на него терапевтическое воздействие.

Под диагностикой понимают постановку и проверку диагноза. Диагноз – предположение, касающееся проблем подростка, сформулированное на основании сведений, полученных в процессе бесед, наблюдений, специального исследования и другой информации. На основании диагноза определяется наиболее подходящая форма помощи, соответствующая потребности в ней подростка.

Диагностика проводится путем сбора и анализа информации в соответствии с элементами модели социальной компетенции: компетентностью (навыки, умения, знания), защитными факторами (социальная поддержка), гибкостью, проблемами (слишком трудные задачи), стресс-ситуацией, патологией.

В качестве метода исследования используется метод психологической беседы как основной метод получения информации о состоянии у субъекта элементов социальной компетенции.

Для анализа задач и навыков респонденту задаются вопросы, позволяющие выявить:

- не являются ли задачи для субъекта слишком тяжелыми;
- обладает ли человек достаточными навыками для выполнения им задач.

Таким образом выясняется, в чем проблема подростка.

Исследуются также факторы окружения, определяющие причины уклонения от выполнения определенной задачи или, наоборот, облегчающие ее выполнение. Учитывается, какие навыки использует человек, решая определенные задачи. Это дает возможность воспользоваться данным навыком для выполнения других задач. Эти навыки являются сильной стороной человека. Акцентирование внимания на сильных сторонах и их перечисление

оказывает терапевтическое действие, значительно повышает мотивацию человека, его гибкость.

Анализ патологии (проблемного поведения) проводят по материалам досье. Подростку задают вопросы о характере, серьезности и частоте жалоб, о его проблемах, о времени, когда начались проблемы. Важно получить представление о факторах окружения подростка, играющих роль в выработке нежелательного, неадекватного поведения и уклонении от желательно адекватного поведения.

Анализ стрессовой ситуации проводится в направлении выявления объективно стрессовых ситуаций и ситуаций, которые воспринимаются как стрессовые субъективно. Последние приводят к сильным переживаниям и оставляют значительный отрицательный след в психике человека, отражаются на его здоровье.

При анализе состояния гибкости и защитных факторов рассматривают перспективу жизненного пути. Как вспомогательное средство используют генограммы линии жизни, на которых отмечают важные до сегодняшнего дня события жизни. Они позволяют получить информацию о задачах и навыках, о факторах, провоцирующих стрессовые ситуации, о защитных факторах, гибкости и патологии.

Анализ состояния социальной компетенции человека дает возможность использовать сильные стороны при формировании социальной компетенции субъекта. Для этого в период сбора информации спрашивают подростка о его жизни (спорт, школа, свободное время, семья), что он хорошо умеет делать, в чем силен и чем может гордиться. Нужно наблюдать подростка в разных ситуациях, чтобы получить представление о его навыках, о том, какие факторы окружения стимулируют выработку нежелательного поведения.

Полученные сведения нужно разделить на две группы. В левой части листа бумаги записать сильные стороны подростка (навыки, гибкость, социализация подростка, возможность ее оказания), в правой части – проблемы, с которыми подросток сталкивается, слишком тяжелые задачи,

патологии, факторы стресса. Затем нужно сосредоточить анализ компетенции на одной или нескольких задачах, при выполнении которых появляются проблемы, над которыми надо работать. Подводя баланс между задачами и навыками, при выполнении конкретной задачи надо постоянно использовать обзор сильных сторон подростка. Это стимулирует мотивацию подростка к решению возрастных задач, адекватному поведению.

Анализ социальной компетенции подростка сопровождается рассмотрением дополнительных вопросов:

- с какой патологией или факторами стресса сталкивается подросток сейчас и как это влияет на общую нагрузку и выполнение отдельных возрастных задач;
- есть ли в окружении факторы, помогающие справиться со всем этим;
- какие защитные факторы или аспекты гибкости можно активизировать и использовать для решения конкретных задач.

Терапевтическое воздействие, основанное на модели социальной компетенции, направляется на все элементы модели. Для уменьшения патологии или проблемного поведения используют любые действия, позитивно изменяющие поведение.

Стрессовые ситуации снимаются предложением конкретной, в том числе и материальной, помощи, посредством обучения навыкам, с помощью которых легче переносить стресс, через ознакомление с задачами, детализацию и облегчение их выполнения.

Защитные факторы усиливаются при обучении навыкам, вступлении подростков и родителей в общественные организации и клубы. Гибкость повышается, когда отмечаются свойства у подростка, которые этому способствуют. Положительно оценивая то, как подросток использует свои сильные стороны, способствующие усилению социальной гибкости, преподаватель указывает на необходимость применять сильные стороны в решении других проблемных ситуаций.

Обучение навыкам проводится с помощью следующих приемов:

- формирование обратной связи в процессе педагогического общения, объяснения педагогом поведения подростка. Положительная реакция педагога на адекватное поведение укрепляет подростка;

- инструктирование о том, как должно выполняться задание;

- показ – педагог учит подростка навыку, демонстрируя его;

- упражнения. Успех воздействия на подростка достигается в том случае, если педагог, демонстрируя навык, просит подростка проделать то же самое в реальной ситуации или в ролевой игре.

Эффективность терапевтического воздействия увеличивают личностно ориентированные технологии как методы психологической помощи детям и подросткам:

- игротерапия. Игра – естественная обстановка для самовыражения. Во время игры человек бессознательно выражает эмоции, то, что потом можно осознать. Таким образом, он лучше понимает свои эмоции и справляется с ними. Игра помогает строить хорошие субъект-субъектные отношения и помогает педагогу больше узнать о жизни подростка;

- арттерапия – это использование искусства как психологического коррекционного воздействия. Искусство действует в двух направлениях: реконструирует конфликтные, травмирующие ситуации и посредством эстетических воздействий изменяет реакцию переживания негативного аффекта на позитивный аффект, так как приносит наслаждение;

- логотерапия – это метод разговорной терапии, позволяющий установить доверие между взаимодействующими субъектами;

- психодрама (драмтерапия) – это метод кукольной драматизации. Взрослые и старшие дети разыгрывают кукольный спектакль, проигрывая конфликтные ситуации;

- поведенческая психотерапия – предусматривает систематическое устранение страхов, вредных привычек, необратимого поведения отдельных индивидуумов. Метод используется в индивидуальной работе с субъектами.

Для определения уровня, на котором находится человек по отношению к различным обязанностям и навыкам, используется метод оценки состояния «перечня компетенций». Он дает представление о навыках или их отсутствии. Регулярное заполнение «перечня компетенции» позволяет установить степень продвижения субъекта вперед в соответствии с моделью компетенции [121].

Новообразования, характерные для каждого возрастного периода онтогенеза человека, не формируются сами по себе, а являются итогом собственного опыта индивидуума, полученного в процессе воспитания и обучения. В развитии личности ребенка определяющим является не только характер ведущей деятельности, но и характер той системы взаимоотношений с окружающими его людьми, в которую он вступает на разных этапах своего развития [16]. Поэтому общение субъектов образовательного процесса в различные периоды онтогенеза выступает важным условием их личностного развития.

Общение со сверстниками как необходимое условие психического и личностного развития человека на всех этапах постнатального онтогенеза выполняет формирующую и развивающую функции только тогда, когда в детском, подростковом и юношеском возрасте субъект одновременно общается с умным, доброжелательным, нравственно-воспитанным человеком. Именно в общении со взрослыми ребенок, подросток, юноша усваивает целостную систему нравственных ценностей и идеалов, решает проблему перспективного жизненного самоопределения. Однако потребность учащихся в благожелательном, доверительном общении со взрослыми в образовательных учреждениях часто не получает своего удовлетворения.

Это обстоятельство формирует повышенную тревожность учащихся, чувство неуверенности в себе, затрудняет межличностные контакты, вызывает отклонения в состоянии здоровья, мешает профессиональному самоопределению, ориентации в жизненных ситуациях. В учебном заведении, к сожалению, не занимаются специальной организацией педагогического общения, не нашла широкого распространения и педагогика сотрудничества.

Эти важнейшие условия развития личности пущены на самотек. Поэтому важной задачей современного образования становится специальная личностно ориентированная организация ведущей деятельности в подростковом и юношеском возрасте и создание внутри этой деятельности атмосферы сотрудничества субъектов образовательного процесса на принципах антропосинергизма как стратегии всеобщего сосуществования.

Одним из возможных путей решения данной проблемы является использование в педагогическом процессе личностных развивающих психолого-педагогических программ, призванных помочь подросткам и юношам осознать свои силы и индивидуальность, почувствовать вкус успеха, найти интересное для себя дело, заглянуть в будущее. Психолого-педагогический опыт подтверждает, что реализация таких программ наибольший эффект приносит при групповых формах работы. Это объясняется особой ролью общения и продуктивностью групповых форм психолого-педагогической работы.

С учетом возрастных задач и новообразований при работе с подростками 10 – 12 лет, упор следует делать на пробуждении интереса и развитии доверия к самому себе, на понимании своих возможностей, способностей и особенностей характера, так как этот возраст является сенситивным для развития и укрепления уверенности в себе, чувства собственного достоинства. При работе с подростками 12 – 15 лет основной акцент нужно делать на развитии доверия к окружающим людям, анализе мотивов общения и межличностных отношений. В юношеском возрасте наибольшее внимание необходимо уделять проблемам осознания своего признания, профессионального выбора, будущей семейной жизни, определения смысла жизни, временной перспективы.

Формированию навыков решения возрастных задач и развитию необходимых возрастных новообразований способствуют предложенные Н.В.Дубровиной программы личностного развития [44]. Особого внимания

заслуживает программа развития мотивов межличностных отношений у подростков 12 – 15 лет (прил.1).

В последнее время в работах, посвященных поиску направлений групповой коррекционной и психотерапевтической деятельности педагогического коллектива в образовательном учреждении, описываются развивающие программы, нацеленные на формирование различных сторон Я ребенка: мотивации учебной деятельности, умений и навыков межличностного общения, уверенности в себе и навыков самопознания.

Программа развития мотивов межличностных отношений у подростков 12 – 15 лет ориентирована на развитие мотивов, лежащих в основе межличностных отношений подростков, на осознание опасений и страхов, желания «быть как все» и следовать принятым социальным нормам, а также на развитие чувства благодарности, эмпатии, ценности другого человека и себя самого. У подростков 12 – 15 лет мотивационно-смысловая система еще не сформирована и открыта как для негативных, так и для позитивных изменений. Возможность для формирования последних создается групповой психотерапией, поэтому на подростковом этапе онтогенеза общение приобретает особую смысловую ценность. Мотивация межличностных отношений определяет все многообразие отношений индивида с другими людьми и в значительной мере его психологическое благополучие, выступая показателем личностного здоровья [44].

Для проведения занятий по развитию мотивов межличностных отношений по программе, предложенной Н.В.Дубровиной, не требуется специальных материалов. Нужны только бумага для рисования и тетради для записей, которые на время перерыва между занятиями хранятся у ведущего, наборы цветных карандашей (можно обычные 6-цветные) по числу участников группы, листки бумаги с булавками для именных табличек и «бланков телеграмм». Помещение для проведения занятий должно позволять расставить стулья для участников по кругу.

Программа рассчитана на 10–12 полуторачасовых занятий, которые рекомендуется проводить один раз в неделю. При включении в программу других упражнений следует сохранять ту же периодичность и продолжительность занятий.

Поскольку данный тренинг направлен на работу с глубоко личностными проявлениями подростков, в него включены упражнения, вызывающие у участников сильные чувства, а также упражнения, в которых используется обратная связь. Чтобы успешно проводить эти упражнения, педагог должен иметь определенный уровень подготовки: обязательным можно считать владение приемами социально-психологического тренинга и (или) личностного роста, желательным – опыт самостоятельного ведения подростковых групп. Данный цикл групповых занятий направлен на развитие мотивации отношений подростков с другими людьми, от которых во многом зависит психологическое благополучие ребенка, поэтому требуются достаточное мастерство, внимание и такт для ведения этих занятий.

В программе условно можно выделить три этапа: ознакомительный, самораскрытия и развивающий. В соответствии с задачами тренинга в ходе занятий прорабатываются следующие основные аспекты развития мотивации межличностных отношений:

- развитие доверия к окружающим людям;
- осознание различных видов мотивов межличностных отношений;
- формирование представлений о ценности другого человека и себя самого;
- усвоение способов разрешения собственных проблем;
- позитивное развитие мотивов межличностных отношений.

Проблемы, которые анализируются детьми в ходе групповых занятий, являются достаточно типичными для данного возраста. Однако, наряду с возникновением чувства взаимопонимания и принятия друг друга на основе общих проблем, важно, чтобы подростки находили в себе и ресурсы для преодоления собственных трудностей. Возможно, что при использовании

упражнений, центрированных на какой-либо проблеме, позитивный пример из своей жизни смогут подыскать не все участники, а только те, для кого эта проблема актуальна в незначительной степени или не существенна вовсе. Если это так, то имеет смысл в качестве «домашнего задания» дать участникам подобрать такие примеры, а на следующем занятии спросить их об этом снова.

При проведении занятий, следует особо заботиться о создании атмосферы открытости и спонтанности, тогда каждый из участников может делиться своими чувствами и личным опытом без боязни быть осужденным или не принятым сверстниками. Поддерживая доброжелательное и заинтересованное отношение к другим людям, следует давать понять подросткам, что в жизни они могут быть любимы или вызывать неприязнь, быть понятыми окружающими или непонятыми, признаваемы в своих правах или нет, поэтому не стоит манипулировать другими в попытке обрести их любовь, приходить в негодование от того, что окружающие тебя не понимают или не принимают таким, какой ты есть, что следует признавать за другими ровно столько же прав, сколько считаешь необходимым иметь сам. Желательно время от времени возвращаться к обсуждению этих проблем наряду с текущими темами групповых дискуссий.

С детьми, участвующими в работе группы, следует проводить предварительную диагностическую работу. В контексте данного тренинга особое внимание нужно уделять детям с повышенным страхом самораскрытия в общении, неуверенностью в себе, агрессивностью и другими особенностями, отрицательно сказывающимися на межличностных отношениях ребенка. Большое значение для таких детей приобретают упражнения, предполагающие установление обратной связи. Иногда оказывается необходимым повлиять на характер обратной связи. Так, например, если во время упражнения «Горячее место» в центр круга выходит неуверенный в себе, склонный к изоляции себя от людей подросток, ведущий может попросить группу установить положительную обратную связь.

Проблемы могут возникать и из-за того, что дети являются членами одного школьного коллектива, причем, возможно, часть участников знает друг друга давно, а часть познакомилась только что. Возможны и всплески негативных эмоций, обусловленные прежним опытом общения друг с другом. В последнем случае следует переводить реакцию участников в плоскость «здесь и теперь», например, «скажи, что ты сейчас, в данный момент чувствуешь по отношению к нему». Хорошо знакомым участникам группы следует рекомендовать говорить о таких вещах, которые были бы понятны всей группе, а не только им одним.

Соблюдение этих правил поможет участникам группы по-новому взглянуть на других людей и себя самих, сильнее ощутить ценность другого человека. Приведенные в прил.1 упражнения далеко не исчерпывают все многообразие психотерапевтических техник, помогающих развить мотивацию межличностных отношений подростков и способствующих их личностному росту. Педагогам, применяющим эту программу, следует подойти к ней творчески и дополнить новыми упражнениями, при этом, однако, важно сохранить порядок, при котором упражнения, направленные на знакомство участников и самораскрытие, используются на первых занятиях, а упражнения, ориентированные на позитивные изменения мотивов межличностных отношений, – ближе к окончанию цикла. Соблюдая эти правила и стараясь самому быть искренним и честным в своих проявлениях, педагог помогает детям достичь позитивных изменений в мотивации межличностных отношений.

3. ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПРОФИЛАКТИКА ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

В педагогической, медицинской и психологической литературе даются различные определения понятия отклоняющегося от нормы (девиантного) поведения. При этом все авторы едины в мнении о том, что главный критерий девиации – нарушение норм, принятых в данном обществе.

В настоящее время девиантное поведение детей и подростков представлено следующими формами:

- табакокурение;
- грубость, сквернословие;
- лживость;
- асоциальное поведение;
- отказ от учебно-трудовой деятельности;
- срывы уроков, прогулы;
- принятие алкоголя;
- самоповреждение;
- уход из дома;
- беспорядочные половые связи;
- аддиктивное поведение;
- наркомания, токсикомания.

Основные причины девиантного поведения делятся на две группы:

- 1) психические и психофизиологические расстройства;
- 2) действие социальных и психологических факторов, изменяющих личностные характеристики молодых людей [23].

Под влиянием психических и психофизиологических аномалий формируются психологические особенности личности, способствующие развитию отклоняющегося от норм поведения. В России психологическими отклонениями страдают от 5 до 15% детей [23]. При этом лишь малая часть из них обращается к врачу, так как постановка диагноза становится клеймом на

всю жизнь. В связи с этим в решении проблемы воспитания детей ведущую роль должны играть педагоги, психологи, социальные работники.

Среди факторов психологического и социального характера, провоцирующих развитие девиаций, выделяют:

- содержание потребностей личности;
- дефекты правового и нравственного сознания;
- особенности эмоциональной сферы субъектов;
- особенности характера, среди которых особое значение имеет тип акцентуации характера в подростковом возрасте как фактор, под влиянием которого формируются психологические особенности личности, способствующие развитию девиаций [81, 84].

Основной психологической причиной развития девиаций является низкая самооценка подростком своих возможностей. Самооценка человеком своих возможностей, критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам выступают главными регуляторами поведения. Расхождение между притязаниями человека и его возможностями ведет к психологическим срывам, повышенной конфликтности, депрессии. Именно эти негативные проявления характерны для подростков. Они приводят к нежеланию посещать учебное заведение, снижению успеваемости, употреблению табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, к поиску подростками «сомнительных» друзей.

Одной из распространенных причин социального характера, формирующих девиации, является влияние окружения. Развиваясь в определенных социальных условиях, ребенок, не имея опыта жизни, усваивает нормы и ценности данной социальной среды, даже если они противоречат нормам, принятым в обществе.

В подростковом возрасте имеются и другие специфические причины развития девиаций. Это незавершенность формирования личности, отрицательное влияние семьи и окружения, зависимость от норм и ценностей группы, желание самоутвердиться, влияние молодежной субкультуры.

Важными являются биологические причины девиации, связанные с особенностями индивидуального развития организма.

В онтогенезе с 7 до 17 лет человек проходит несколько переходных, критических стадий, во время которых часто не успевает осознать происходящие изменения и адаптироваться к ним. Это формирует неуверенность в себе, уменьшается доверие к другим людям, появляется конфликтность, склонность к депрессиям, поэтому критические периоды развития называются кризисными. Возрастные кризисные и частично совпадающие с ними сенситивные периоды, возникающие при переходе из одного физического и психического возраста в другой, необходимы для нормального развития личности, формирования новообразований, так как влекут за собой преобразования в сфере социальных отношений человека, его деятельности и сознания. Следовательно, критические периоды в онтогенезе несут, с одной стороны, конструктивное, а с другой – разрушительное начало. Последнее зависит от того, как взрослые реагируют на кризисные, негативные проявления в поведении растущего человека. Реакции взрослых определяют индивидуальную траекторию развития и становления воспитуемого. Нельзя не замечать опасные, негативные проявления, но нельзя и допускать излишней строгости, так как это может привести также к закреплению негативных тенденций, патологическим изменениям характера, развитию патологических форм поведения.

В развитии детей школьного возраста педагоги выделяют два этапа: младший школьный возраст (от 5 – 7 до 10 – 11 лет) и средний и старший возраст (от 10 – 11 до 16 – 17 лет). Второй этап подразделяется на подростковый возраст (от 10 – 11 до 13 – 14 лет) и ранний юношеский возраст (от 13 – 14 до 16 – 17 лет). Общая причина кризисов при переходе от одного возрастного этапа к другому – несоответствие уровня развития личности реальным способностям и возможностям человека (в деятельности, общении, эмоционально-волевой сфере). Так, при переходе от младшего школьного возраста к подростковому кризис обусловлен физиологическими изменениями в организме, отношениями детей со взрослыми, опережающим развитием

интеллекта и отставанием личностного развития, в подростковом и переходном периоде к юношескому возрасту в ускоренном темпе протекают взросление, созревание, возмужание, перемены в общении, также создающие кризисное состояние.

Исследованиями установлена явная тенденция к росту девиантного поведения и его омоложение. Обнаружены качественные изменения в формах девиантного поведения в ответ на социальную несостоятельность и кризисное состояние общества в России. Среди детей и подростков в последнее время имеют тенденцию к увеличению распространенность курения и наркомании (28%), отказ учиться, сквернословие, уход из дома (20%), агрессивность, раннее начало половой жизни (16%), непослушание, ложь, беспорядочная половая жизнь, токсикомания, воровство (12%) [23].

Специалисты отмечают, что среди конкретных причин возникновения отклонений в поведении подростков наибольшее значение имеют проблемы в семье, наказание за поступки, неблагополучие, распад семьи, педагогическая некомпетентность родителей, нарекания, брань при взаимодействии с членами семьи, непонимание или незнание родителями трудностей детей, алкоголизм родителей, даже сам факт принадлежности к неблагополучной семье. Незанятость детей и подростков и материальные проблемы родителей также провоцируют их на девиации. При этом дети хотят, чтобы им помогли в разрешении различных вопросов, но не знают, где эту помощь получить.

Не менее важное значение имеют проблемы самого ребенка: болезни, отставание в учебе, недостаточная уверенность в себе, одиночество, непонятость другими, повышенная возбудимость, расторможенность влечений, низкий уровень эмоционально-волевого контроля. К числу важных причин специалисты относят и государственную политику по отношению к проблемам детства, семьи, отсутствие позитивных образцов в средствах массовой информации, ослабление воспитательной работы. Затрудняют возможность профилактической и корреляционной работы отсутствие необходимых знаний у специалистов, работающих с детьми, неумение установить контакт с детьми и родителями, неумение разговаривать с подростком о сложных социальных

вопросах (сексуальной жизни, использовании нецензурных выражений, наркомании) так, чтобы подростки понимали.

Как показали исследования, проведенные нами в школах, колледжах, вузах Екатеринбургa, 98% подростков пробовали спиртные напитки. Из них 60% впервые употребили спиртное до 12 лет, 52% — в семье, 46% — в гостях. Настораживает тот факт, что 30% учащихся и студентов часто употребляют алкогольные напитки. Респонденты считают, что основными причинами алкоголизации молодежи являются негативное влияние среды, неуверенность и отсутствие интереса в жизни. Распространенность курения прогрессивно увеличивается среди учащихся школ, колледжей и студентов вузов и составляет соответственно 26, 43 и 81%. При этом 31% респондентов выкуривают ежедневно от 4 до 10 сигарет, укорачивающих их жизнь, как известно, на 4 – 6 лет. В семьях курят отцы и матери, соответственно в 47 и 10% случаев. Любопытство и желание поддержать компанию являются основными факторами, побуждающими молодых людей к курению.

Данные анкетного опроса показали также, что 32,7% респондентов пробовали на себе действие наркотика, 22% родителей учащихся и студентов употребляют наркотики. Преобладающим способом первого знакомства с наркотическими и токсикоманическими веществами, по мнению 57% респондентов, является курение сигарет с примесью наркотических веществ. Используются также вдыхание различных промышленных и бытовых смесей (17,6 %), прием таблеток (22,6%) и введение наркотиков посредством уколов (11,3%). Определяя свое личное отношение к возможности однократной пробы наркотиков, лишь 12% учащихся и студентов считают, что это опасно и недопустимо, 16% допускают возможность однократной пробы наркотиков, 62,5% не имеют своего категорического мнения по этому вопросу и отвечают, что лучше наркотики не употреблять.

Провоцируют употребление наркотических и токсикоманических веществ среди молодых людей две основные причины: желание улучшить настроениc, (так считают в среднем 48,6% респондентов) и доступность приобретения этих веществ (26,5%). Более 50% учащихся школ, студентов колледжей и первого

курса вузов имеют низкий уровень знаний о вредном действии наркотических и токсикоманических веществ на организм человека. Сведения о проблемах наркомании и токсикомании учащиеся и студенты получают в основном из разговоров со сверстниками, которые не являются научно обоснованными, квалифицированными и нередко носят извращенный характер, а также из теле- и радиопередач, которых крайне недостаточно для формирования правильной жизненной позиции в этом вопросе. В семьях с родителями очень редко обсуждаются вопросы наркомании и токсикомании (5% случаев), вероятно, по причине низкой информированности родителей о данной проблеме. Основная масса учащихся и студентов в полной мере не знакома с законодательными актами, регламентирующими изготовление, хранение, распространение и сбыт наркотических веществ, в связи с чем следует проводить с ними специальные профилактические и разъяснительные занятия по данной проблеме.

Среди студентов первого курса университетов 53,5 % по своим психологическим характеристикам имеют повышенный риск проявления аддиктивного поведения, сопровождающегося употреблением психоактивных веществ, поэтому первокурсники нуждаются в организации и проведении с ними адресной психолого-педагогической работы, направленной на профилактику возможности реализации у них аддиктивного поведения. Метод прогнозирования аддиктивного поведения подростков, предложенный Т.В.Орловой, является доступным, достаточно информативным экспрес-методом и может быть использован в скрининговых исследованиях для выявления групп риска в отношении аддиктивного поведения подростков [104].

Результаты исследований свидетельствуют о необходимости организации системы воспитательно-профилактической работы с молодежью, включающей:

- комплектацию групп специалистов, обеспечивающих социальную защиту подрастающего поколения (социальные педагоги, психологи, медики и т.д.);
- создание воспитывающей среды, позволяющей гармонизировать отношения молодых людей со своим ближайшим окружением в семье, по месту жительства, работы, учебы;

- подбор групп поддержки из специалистов различного профиля для обучения родителей решению проблем, связанных с детьми и подростками;

- организацию подготовки специалистов, способных оказывать профессиональную социальную, психологическую, педагогическую, медицинскую помощь и занимающихся воспитательно-профилактической работой прежде всего с детьми и подростками группы риска и их семьями;

- разработку общественных образовательных программ для усиления осознания и привлечения внимания к проблемам молодежи с отклоняющимся от нормы поведением (телевизионные программы, обучающие программы и т.д.);

- организацию детского досуга;

- информационно-просветительскую работу;

- принятие серьезных мер на уровне государственных решений по воспитанию подрастающего поколения.

Воспитание как педагогический компонент процесса социализации предполагает целенаправленные действия по созданию условий для развития человека в различных видах социальных отношений: учебе, общении, игре, практической деятельности. К общим признакам воспитания относят:

- целенаправленность воздействий на воспитанника;

- социальную направленность этих воздействий;

- создание условий для усвоения воспитанником определенных норм отношений;

- освоение человеком комплекса социальных ролей.

Воспитание включает следующие процессуальные компоненты:

- целенаправленную работу по нравственному просвещению (уроки этики, нравственные беседы, индивидуальные консультации и т.п.);

- актуализацию всех источников нравственного опыта учащихся (учебная, общественно-полезная внеучебная работа, отношения между учащимися, отношения детей с родителями, отношения «педагог – учащиеся», «педагог –

родители учащихся», повседневный стиль и тон работы образовательного учреждения);

- введение нравственных критериев в оценку всех видов деятельности и проявлений личности воспитанников;

- оптимальное соотношение форм практической деятельности и нравственного просвещения на разных этапах онтогенеза с учетом пола учащихся.

Успех воспитания зависит от соблюдения ряда принципов.

1. Принцип ориентации на позитив в поведении и характере подростка. Для его реализации необходимы следующие условия:

- стимулирование самопознания учащимся своих положительных черт;
- формирование нравственных чувств при самооценке своего поведения;
- постоянное педагогическое внимание к позитивным поступкам;
- доверие к воспитаннику;
- формирование у подростка уверенности в возможности достижения поставленных задач;
- оптимистическая стратегия в определении воспитательных задач;
- учет интересов учащихся, их индивидуальных вкусов, предпочтений, побуждение новых интересов.

2. Принцип социальной адекватности воспитания. Этот принцип основан на разнообразном влиянии социальной среды, для его выполнения нужны следующие условия:

- учет особенностей социального окружения воспитанника при решении воспитательных задач;
- координация взаимодействия социальных институтов, оказывающих влияние на личность;
- обеспечение комплекса социально-педагогической помощи молодежи;
- учет разнообразных факторов окружающей социальной среды (национальных, региональных, типа поселения, особенностей учебного заведения и др.);

- коррекция воспринимаемой учащимися разнообразной информации, в том числе от средств массовых коммуникаций.

Кроме того, данный принцип требует соблюдения ряда правил:

- воспитательный процесс должен строиться с учетом реалий социальных отношений воспитанника;

- учебное заведение не должно ограничиваться воспитанием учащихся в своих стенах, необходимо широко использовать и учитывать реальные факторы окружающей среды;

- педагог должен корректировать негативное влияние окружающей среды на учащегося;

- все участники воспитательного процесса должны взаимодействовать.

3. Принцип индивидуализации воспитания. Этот принцип предусматривает выявление причин девиантности, определение особенностей включения учащихся в различные виды деятельности, раскрытие потенциальных возможностей личности как в учебной, так и во внеучебной работе, предоставление возможности каждому учащемуся для самораскрытия. Для реализации принципа необходимы следующие условия:

- проведение мониторинга изменений индивидуальных качеств воспитуемого;

- выбор специальных средств педагогического влияния на каждого учащегося;

- учет индивидуальных качеств учащегося, его сущностных сфер при выборе воспитательных средств, направленных на его развитие;

- предоставление возможности учащимся самостоятельно выбирать сферу дополнительного образования.

4. Принцип социального закаливания воспитанников. Данный принцип предполагает включение учащихся в ситуации, которые требуют волевого усилия для преодоления негативного воздействия социума, выработку социального иммунитета, стрессоустойчивости, рефлексивной позиции.

Условиями выполнения этого принципа являются:

- включение воспитанников в решение различных проблем социальных отношений в реальных и имитируемых ситуациях;
- диагностирование волевой готовности к системе социальных отношений;
- стимулирование самопознания учащихся в различных социальных ситуациях, определения своей позиции и способа адекватного поведения в различных ситуациях;
- оказание помощи учащимся в анализе проблем социальных отношений и вариативном проектировании своего поведения в сложных жизненных ситуациях.

Для организации работы по профилактике девиантного поведения учащихся большое значение имеют разработка и внедрение в образовательный процесс методов прогнозирования и личностно ориентированных психолого-педагогических технологий профилактики девиаций.

Прогнозирование – это процесс выявления потенциальных возможностей развития явления на основе познания его природы, закономерностей, прошлого и настоящего состояния.

Прогнозирование девиантного поведения осуществляется путем сбора и анализа информации о факторах, провоцирующих отклоняющееся от нормы поведение. Важную роль в развитии девиаций играют факторы биопсихогенного характера: эмоциональные «всплески»; неустойчивость взглядов, настроения; неспособность к объективным оценкам себя, своего поведения и окружающей действительности; ситуативность мышления. В развитии аддиктивного поведения подростков существенным провоцирующим фактором является тип акцентуации характера.

Наличие указанных черт в структуре личности учащихся создает реальную возможность их деформированного развития и проявления девиантности в поведении при неблагоприятных внешних и внутренних условиях.

К прогностическим факторам девиации относятся также условия воспитания в семье и положение в учебной группе. Неблагоприятная семейная обстановка способствует нарушению процесса социализации учащегося, а

утрата учащимся комфортного положения в коллективе приводит к тому, что он ищет ту группу, где эта комфортность присутствует.

Американский психолог А.Газелл описал возрастную периодизацию поведения подростков, которая может быть использована в организации общения с подростками, а также для прогнозирования и коррекции их развития и поведения [23].

10 лет – это золотой возраст, когда ребенок уравновешен, легко воспринимает жизнь, доверчив, ровен с родителями, мало заботится о внешности.

В 11 лет – начинается перестройка организма, ребенок становится импульсивным, проявляет негативизм, для него характерны частая смена настроений, ссоры со сверстниками, бунты против родителей.

В 12 лет такая взрывчатость частично проходит, отношение к миру становится более позитивным, растет автономия подростка от семьи и одновременно возрастает влияние сверстников. Главные черты этого возраста – разумность, чувство юмора, терпимость, подросток активно проявляет инициативу, начинает заботиться о внешности и интересоваться представителями противоположного пола.

В 13 лет ведущим является обращение внутрь себя, интровертность. Дети становятся самокритичными и чувствительными к критике, более избирательными в дружбе, склонны к уходу в себя, начинают интересоваться психологией, критично относятся к родителям. Колебания в настроении очень часты и велики по амплитуде и являются результатом происходящих соматических сдвигов.

В 14 лет интроверсия сменяется экстраверсией, подросток становится энергичным, экспансивным, общительным, возрастает его уверенность в себе, интерес к другим людям и различиям между ними. Экспансивность часто проявляется в повышенной общительности, склонности задавать провокационные вопросы и анализировать реакции людей в общении. Подростки очарованы словом «личность», любят обсуждать вопросы

психологии, сравнивать себя с другими, активно идентифицируются с референтными персонами и группами, узнавая в них собственные черты.

Сущность пятнадцатилетних нельзя выразить в единой форме, так как быстро возрастают индивидуальные различия. Общим новообразованием в этом возрасте является возрастание духа независимости, который способствует тому, что отношения подростка в семье и школе становятся весьма напряженными. Позитивным является то, что жажда свободы сочетается с возрастанием самоконтроля и началом сознательного самовоспитания. Это повышает ранимость подростка и его восприимчивость к вредным влияниям. Возрастает потребность к групповой принадлежности и групповой идентификации.

В 16 лет снова наступает равновесие, возрастает жизнерадостность, значительно увеличивается внутренняя самостоятельность, эмоциональная уравновешенность, общительность, устремленность в будущее. Очень велик жизненный оптимизм.

В.Клайн представил классификацию типов правонарушителей среди подростков, основанную на психофизиологических и социальных факторах [23]. Классификация позволяет прогнозировать возможность и характер девиантного поведения подростков.

1. Он просто «валяет дурака». «Есть подростки, поведение которых изобилует шалостями и неблагоприятными поступками. Что имеется в виду? Поздние приходы домой, обман, школьные прогулы, безбилетное посещение кино. Такие подростки могут постоянно дразнить и обижать братьев и сестер, спустить соседу шину в автомобиле, подложить “дымовушку” на школьной дискотеке, попробовать наркотики. “Шутники” могут без разрешения, не имея прав, укатить на вашем автомобиле, “расписать” краской соседний забор или стену школьного здания» [23, с.17].

2. Враг родителей. «Причиной плохого поведения таких подростков может быть их месть одному или обоим родителям. С течением времени их враждебность по отношению к родителям перерастает в настоящую войну. Нередко враждебность сына-подростка обрушивается на родителей как гром

среди ясного неба. Они не понимают, что все эти годы он подавлял в себе негативные чувства, а теперь они вырвались наружу» [23, с.17].

3. Испорченный ребенок. «Такого ребенка зачастую называют личность с асоциальной направленностью. Ни в интеллектуальном, ни в эмоциональном развитии у него нет отклонений. Но в поведении у него есть явное отклонение – контакты с правонарушителями. Как правило, это свидетельствует о том, что ребенок вырос в неблагополучной среде. И теперь он живет по нормам своего порочного окружения. Он принял нормы преступного мира и подчиняется им» [23, с.17].

4. Органик. «Это ребенок с мозговой травмой или задержкой умственного развития. Это “расторможенный” ребенок, у которого нарушения дисциплины объясняются ослабленным интеллектом и отсутствием способностей оценивать свои поступки. К несчастью таких детей часто дразнят или мучают сверстники, потому что они не такие как все или потому что кажутся беззащитными» [23, с. 17].

5. Психотики. «Это умственно неполноценные дети, больные дети. Для них характерны галлюцинации, мания преследования, всевозможные навязчивые мысли. Один такой четырнадцатилетний подросток застрелил отца и мать. Объяснял он свой поступок просто: “Мне пришлось это сделать. Они не давали мне застрелить директора школы”» [23, с.18].

6. Дурное семя. «Этот тип подростков называют еще первичными психопатами. Для них характерны хронические правонарушения в течение всей жизни. Здесь уже ничто не поможет. Это отклонение проявляется с самого раннего возраста, часто еще в дошкольные годы. Обычно такой ребенок постоянно совершает асоциальные поступки, несмотря на то что попадает и знает, что наказание неотвратимо. Его не останавливает даже страх, и все дело в том, что он не в состоянии усвоить правила нормального поведения. Он никого не может любить по-настоящему. У него нет чувства ответственности, ему нельзя доверять, ему не ведомы чувства стыда и вины. “Я кричу на него, – рассказывает отец, – я его наказываю, бью. Мне скоро предъявят обвинение,

что я издеваюсь над ребенком. А ему все как с гуся вода. Он как ни в чем не бывало опять принимается за свое»»[23, с18].

Для реализации целей и принципов воспитания, препятствующих развитию девиаций, нужно использовать педагогические технологии личностно ориентированной направленности, представляющие собой такие способы взаимодействия педагогов и учащихся, которые позволяют сформировать позитивные изменения в уровне развития личности воспитанников. Технологии применяются в комплексе и воздействуют на все сферы человека.

В интеллектуальной сфере они формируют знания о нравственных ценностях: моральных идеалах, принципах, нормах поведения (гуманности, солидарности, любви, представлений о долге, справедливости, скромности, самокритичности, честности, ответственности за себя).

Благодаря им организуется и корректируется поведение и деятельность личности. Основным методом воздействия в этой сфере является метод убеждения как разумное доказательство происходящего. Опорой убеждения служат литературные произведения, исторические аналогии, библейские притчи, басни и другие материалы. В процессе дискуссии на заданную тему учащиеся осознанно, самостоятельно формируют свою систему взглядов на мир, общество, социальные отношения. Таким образом, метод убеждения, в систематическом варианте его применения, становится методом самовоспитания.

В мотивационной сфере технологии формируют бережное отношение к человеку, сочетание личных и общественных интересов, стремление к идеалу, правдивость, нравственные установки, цель и смысл жизни, отношение к своим обязанностям, потребность в «другом», в контакте с себе подобными. Методы воздействия должны стимулировать мотивации. К ним относятся методы поощрения и наказания. Поощрение в виде одобрения, похвалы, благодарности, предоставления почетных прав, наградений закрепляет положительные навыки и привычки. Поощрение всегда должно быть справедливым и согласованным с мнением коллектива. Наказание также должно быть справедливым и продуманным, не унижающим достоинства ученика. Оно

реализуется в форме наложения дополнительных обязанностей, лишения или ограничения определенных прав, выражения морального порицания, осуждения. Методы стимулирования помогают человеку формировать и оценивать правильно свое поведение.

В эмоциональной сфере необходимо формировать характер нравственных переживаний: жалость, сочувствие, доверие, благодарность, отзывчивость, самолюбие, эмпатию, стыд и др. В связи с этим технологии предусматривают сочетание в процессе воспитания требовательности и доброты. Основным методом, оказывающим влияние на эмоциональную сферу учащихся и формирующим необходимые навыки управления своими эмоциями, является метод внушения. Внушать – значит воздействовать на чувства, а через них на ум и волю человека, развивать самовнушение для оценки своего поведения.

В волевой сфере педагогические технологии формируют нравственно-волевые устремления воспитанников: мужество, смелость, принципиальность в отстаивании нравственных идеалов, инициативность, уверенность в своих силах, настойчивость, умение преодолевать трудности в достижении цели, выдержку, самообладание. Доминирующими методами воспитания воли являются требования, упражнения, приучения. Требования могут быть прямыми и косвенными (совет, просьба, намек, доверие, одобрение).

Упражнения – это многократно выполняемые требования. Доведенные до автоматизма, они превращаются в навыки и привычки, которые позволяют человеку продвинуться в своем развитии [117, 118].

Приучение как педагогическое требование, отшлифованное в процессе упражнений, позволяет быстро и на высоком уровне сформировать необходимое качество.

В сфере саморегуляции технологии формируют нравственную содержательность субъекта: совестливость, самооценку, самокритичность, добропорядочность, самоконтроль, рефлексии. В качестве метода воздействия на сферу саморегуляции и обучения навыкам осознания своего поведения используют метод коррекции, позволяющий изменять поведение по отношению к людям. Частным вариантом такого метода является пример как явление

быстро воспринимаемое и запечатляемое в сознании, поэтому он весьма эффективен в коррекции поведения учащихся.

В предметно-практической сфере педагогические технологии развивают способности учащихся совершать нравственные поступки, умение оценивать поведение с точки зрения моральных норм. Применяемые в этой сфере методы воспитывающих ситуаций, требующих решения проблемы, помогают человеку реализовать себя как неповторимую общественную индивидуальность. Модификацией этого метода является метод соревнования, формирующий качество конкурентоспособной личности. Развивая качество лидера, человек достигает определенного успеха в отношениях с товарищами и реализует себя в различных видах деятельности.

В экзистенциальной сфере технологии нацелены на выработку сознательного отношения к своим действиям, стремления к нравственному самосовершенствованию, на формирование любви к себе и другим, заботы о красоте тела, речи, души, понимание морали. Методы воздействия на экзистенциальную сферу человека основаны на включении учащихся в систему новых отношений, формирующих навыки плодотворной ориентации, высоконравственные установки, которые не позволяют вести себя непорядочно, бесчестно. Для этого необходима организация работы над собой – «труд души» [114]. Эффективным методом в этом направлении может быть метод решения моральных дилемм. Размышления о происходящем событии отражаются в сознании индивидуума. Рефлексия позволяет не только понять самого себя в определенной ситуации, но и выяснить отношения к себе окружающих и выработать представления об изменениях, которые могут произойти.

В профилактике и коррекции аномально-личностных новообразований и отклонений в поведении учащихся важными являются организация и утверждение здорового образа жизни, включающие следующие основные формы работы:

- санитарно-гигиеническую просветительскую;
- психогигиеническую и психопрофилактическую;

- организационно-управленческую, направленную на координацию усилий специалистов разного профиля, школы и семьи.

Санитарно-гигиеническая просветительская работа проводится по следующим основным направлениям:

- санитарно-психологические корни возникновения отклонений в поведении;
- правовые аспекты последствий отклоняющегося от нормы поведения;
- клинико-биологические последствия аномальных привычек;
- лечение и социальная реабилитация лиц с вредными привычками;
- пути и способы утверждения здорового образа жизни.

Профилактическая работа должна осуществляться во время аудиторных занятий, а также с помощью внеучебных мероприятий: выпуск тематических стенных газет, плакатов, организация смотров-конкурсов иллюстративных и реферативных работ учащихся, радиопередач, проведение циклов бесед с привлечением специалистов (врачей, юристов, психологов), выпускников, родителей учащихся о здоровом образе жизни.

Психогигиеническая и психопрофилактическая формы работы с лицами подростково-юношеского возраста сводятся в первую очередь к выявлению в их среде лиц, склонных к алкоголизму, наркомании, различным сексуальным девиациям.

В системе профилактической работы весьма важно следить за состоянием психического и физического здоровья учащихся. Оно зависит от условий, в которых происходит процесс обучения и воспитания. Умственные и физические перегрузки, нарушения микросоциальных контактов сказываются на состоянии здоровья, приводят к развитию неврозов, астении, психопатическим реакциям. В образовательном процессе необходимо придерживаться принципа индивидуального личностно ориентированного подхода к воспитанию. Он должен быть применим в равной степени ко всем учащимся. Конкретные задачи педагога, определяющие успех реализации личностно ориентированного образовательного подхода состоят в следующем:

- хорошо знать каждого учащегося, его индивидуально-психологические особенности и условия их формирования;

- при выборе методов и приемов учебно-воспитательного воздействия на учащихся учитывать их индивидуальные особенности;

- проявлять педагогический такт и уметь предвидеть последствия того или другого подхода к воспитаннику;

- координировать усилия психологов, администрации учебного заведения в принятии мер по профилактике, лечению и реабилитации лиц, имеющих девиации.

Изначально правильным подход к воспитанию и обучению индивидуумов в семье и образовательном учреждении будет в том случае, если он представляет собой комплекс профилактических и оздоровительных элементов, предупреждающих аномальное поведение учащихся.

4. ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ НАРКОТИЗМА

Наркотизм – опасное социальное явление. Любая его разновидность (алкоголизм, наркомания, токсикомания) – жестокое и мрачное заболевание. Эффект наркотика имеет гедонистический характер, так как психоактивные вещества воздействуют на определенные отделы головного мозга, которые являются морфологической основой гедонистического ядра психики, относящегося к центрам подкрепления. Наркотическое вещество вмешивается в обмен веществ нейронных клеток этих отделов и постепенно изменяет его таким образом, что функционирование нейронов в его отсутствие затрудняется. Наркотик в нейронах центра подкрепления изменяет обмен веществ так, что они становятся наркозависимыми. В нервных клетках другого отдела наркотик вызывает деструктивные изменения.

Гедонистическое ядро психики человека рассредоточено в разных частях лимбической системы, раздражение которого вызывает интенсивную эйфорию. Первое прочувствование эйфорического эффекта наркотического вещества является показателем того, что в головном мозге начинающего наркомана сформировалась морфофункциональная основа устойчивого патологического состояния, новая доминанта определяющая ход желаний, мыслей, поступков [62].

О размерах, характере и территории гедонистического ядра судят по компонентам эйфорического состояния. Оно включает собственно гедонистический базис и его распространение на восприятие человеком окружающей обстановки и своего собственного тела, на тип отношений с окружающими (возникает состояние, которое определяется как наркотическая эмпатия), а также на особенности мышления (преобладает наглядно-образное мышление) и потребностно-мотивационную сферу, характеризующуюся общим умиротворением.

При развитии наркомании стимуляция гедонистического ядра сопровождается процессом развития эмоциональных реакций и гедонистическим насыщением психических процессов. Характер и глубина

переживаний эйфории запоминаются надолго и при отсутствии критического к ней отношения становятся ориентиром поведения. Это происходит потому, что память выполняет роль механизма, формирующего устойчивое патологическое состояние нервной системы. Разновидностью такой памяти является изменение обмена веществ в нервных клетках, вызываемое наркотиком. Чем более выражено изменение обмена веществ, тем прочнее память о воздействии наркотика и тем более вероятен повторный прием наркотика индивидом.

Прорыв наркотиком защитного барьера в метаболизме нейронов центра подкрепления приводит к тому, что эйфорический эффект возбужденного гедонического центра распространяется по нервным путям к другим отделам головного мозга. Процесс этот вариативен и определяет нервно-психологическую индивидуальность каждого субъекта. Таким образом, эйфория становится потребностным результатом особой, вновь сформировавшейся потребности и мотивирует деятельность, направленную на достижение этого результата. Поскольку возникновение этого результата определяется воздействием наркотика на центр подкрепления, то именно в этом центре и находится ядро новой потребности. Продуктивные же процессы наблюдаются в тех зонах, которые участвуют в обеспечении психических процессов: мышления, восприятия, общения, эмоционального, волевого и нравственного поведения. При этом характерным является увеличение количества синапсов в коре больших полушарий головного мозга, изменяющих синапсоархитектонику коры.

Механизм формирования ядра новой потребности в эйфорическом эффекте наркотического вещества реализуется по следующей схеме: в группе нейронов центра подкрепления под влиянием психоактивного вещества изменяется обмен веществ. В результате снижения уровня вещества в среде обмен веществ затрудняется и возникает особая импульсация – сигнал об отсутствии вещества и стимул к деятельности по введению этого вещества. Прием психоактивного вещества тормозит импульсацию сигналов отсутствия, но вызывает импульсацию нейронов, формирующих состояние эйфории.

Для правильного понимания психического состояния индивида в состоянии наркотического опьянения важно учитывать наличие различных уровней, «слоев» сознания. Этим объясняется известный феномен диссоциации: и животные, и человек лучше воспроизводят навыки, выработанные в состоянии опьянения. Подобный эффект также проявляется у здоровых людей под влиянием фармакологических препаратов [62].

Все это свидетельствует о многослойной, многоуровневой структуре психики. При систематическом употреблении психоактивных веществ ими фиксируется и усиливается определенный уровень сознания. Повышение самостоятельности этого уровня нарушает целостность психики субъекта. В результате такого нарушения в рамках исходной ценностной психической деятельности формируются отдельные, основанные на собственном нейрофункциональном базисе психические образования. От личности как бы отпочковывается новая, вторичная, измененная личность, которая может получить самостоятельное развитие, в случае продолжения действия фактора, породившего ее возникновение. Динамика и конечный результат этого процесса определяются уровнем начальной устойчивости психики и прежде всего уровнем мотивационного поля субъекта к систематическому воздействию психоактивного вещества.

При ослаблении самоконтроля употребление психоактивных веществ часто имеет механический характер, так как человек не успевает затормозить новую рефлекторную реакцию. Так, например, курильщик в соответствующей обстановке, совершенно не осознавая своих действий, условно-рефлекторно может взять и закурить сигарету. Иногда желание проявляется сразу же как побуждение к немедленному действию, как бы по механизму короткого замыкания, так что ни воля, ни разум не успевают включаться в данной ситуации. Механизм реализации этого явления основан на функционировании множества нервных путей, поставляющих в мотивационное поле возбуждение от патологического ядра потребности и затем сразу на исполнительную систему.

След однажды пережитой доминанты, а то и вся доминанта могут быть частично вызваны вновь в поле внимания, как только возобновится, хотя бы частично, раздражитель ставший для нее адекватным [119]. Именно это происходит при рецидиве наркомании, алкоголизма, курения. Наркотическое вещество, воздействуя на ядро болезненной потребности, ведет к возобновлению его активности. Еще одним фактором быстрого развития наркотической зависимости является сохранение в состоянии эйфории ясного сознания, мышления и восприятия, контроля за поведением. При употреблении наркотических веществ интеллектуальные процессы насыщаются положительной гедонической оценкой эйфории. Подключение мышления к оценке своих ощущений и переживаний в состоянии эйфории быстро закрепляет зависимость. При употреблении алкоголя, заглушающего сознание и затормаживающего мышление, зависимость развивается медленнее. Помимо эйфорического эффекта наркотические вещества оказывают на организм человека стимулирующий, «оживляющий» эффект. В этом заключается биологическая приманка, на которую попадают клетки головного мозга.

Патологический характер системы, образовавшейся под влиянием наркотика, препятствует выполнению индивидуумом его биологических и социальных функций. Новая болезненная потребность ослабляет организм, угнетает его жизнедеятельность. Наркотические вещества стимулируют центры положительного подкрепления и тормозят центры отрицательного подкрепления. При отсутствии наркотического вещества, наоборот, наблюдается стимуляция центров отрицательного подкрепления и торможение центров положительного подкрепления. В результате в психике наркомана, алкоголика и токсикомана не остается ничего субъективно для него приятного и желаемого. Все прежние критерии ориентации индивидуума в окружающем мире или утрачиваются, или трансформируются под влиянием новообретенных наркотических интересов. Вероятность удовлетворения потребности и мера стоимости этого удовлетворения становятся для индивидуума главными критериями в его поведении.

Так, для алкоголика «друг – тот, кто последнее продаст, но друга угостит». Наркоманы, как правило, хорошо относятся к сбытчикам наркотиков.

Специфическое расположение ядра новой потребности в центрах подкрепления обеспечивает свойство наркогенного вещества – быть универсальным подкреплением любой деятельности, которое имеет то или иное отношение к его приему. Любая деятельность, совершаемая в состоянии наркогенного опьянения, оказывается положительно подкрепленной и в результате к ней вырабатывается позитивное отношение. Деятельность, не совместимая с состоянием наркогенного опьянения, оказывается подкрепленной отрицательно и к ней вырабатывается соответствующее отношение. Этот процесс лежит в основе преобразования сферы значимого для индивидуума, употребляющего психоактивные вещества.

В личностно-психологическом плане наркотизм – это не только тяжелое психическое заболевание, но и особого рода перерождение личности, вызванное морфологическими и нейрофизиологическими преобразованиями в ЦНС субъектов, употребляющих психоактивные вещества.

При наркотизме реализуется уникальный вид отчуждения: отчуждение психики от тела. Психика стремится к новым приемам наркотического вещества, а тело всячески противится этому и в любой момент старается перестроиться на здоровый режим жизнедеятельности. Выражением этого служит быстрое развитие явлений абстиненции, связанных с переходом на существование без наркотических веществ.

В лечении наркомании существует два подхода. Первый – устранение явлений абстиненции, восстановление соматических функций – относительно успешно реализуется. Второй – устранение (подавление, вытеснение) влечения к вызываемому наркогенным веществом психическому состоянию, восстановление психических функций – разработан слабо и на практике не приносит особого успеха. Однако последний вариант психического и душевного излечения представляется более эффективным, он может быть реализован лишь путем подавления активности ядра болезненной потребности детерминантной, доминирующей в центральной нервной системе. Здесь

возможны два пути. Первый состоит в выявлении локализации и особенностей функционирования ядра болезненной потребности и воздействии на него с целью изменения обмена веществ в нейронах таким образом, чтобы наркотическое вещество перестало для них быть необходимым. Однако нелегко выяснить локализацию ядра и найти вещества, обладающие средством с определенными нейронами ядра болезненной потребности. Второй путь заключается в выявлении в психике индивидуума психического образования, на которое можно было бы опереться в борьбе с доминирующей патологической системой. Базисом такого психического образования является какой-либо устойчивый очаг возбуждения. В процессе укрепления этот очаг становится доминантным и по закону одновременной отрицательной индукции способен противостоять патологическому очагу, затормаживая его пеймейкерную активность. Для реализации этого метода необходимо найти в жизнедеятельности больного то сохранившееся важное, что представляет для него интерес и имеет важное значение: забота о близких (потребность в общении), опасение за свое здоровье (потребность в самосохранении), интерес к кому-либо (потребность в новой информации). Известно, что пробудившееся интенсивное чувство может подавить влечение к наркотическому веществу хотя бы на время.

Выявление психического образования или выработка новообразования, с позиции которого у человека появилась бы возможность для критического отношения к своему пристрастию, составляет сущность этого пути коррекции и лечения. Следующим шагом является всяческое укрепление выявленного или сформированного психического образования и поддержание его в активном состоянии.

Антинаркотические очаги в центральной нервной системе и психике человека могут быть двух видов: внешние по отношению к наркотическому очагу (любовное увлечение, опасение за свою жизнь, здоровье, увлечение творчеством и т. д.), тормозящие всю патологическую систему, и внутренние.

Укрепление антинаркотического очага может достигаться разными способами. Одним из них является метод внушения, который дает хорошие

результаты, если опираться на здоровую основу психики, — подлинное желание пациента к излечению. Лечебное общение и психологическая поддержка как механизмы энергитизации общением становятся системообразующими факторами образа жизни больного, укрепляют его бдительность к возможному срыву, способствуют обретению чувства собственного достоинства.

При этом больной человек должен считать себя неизлечимым на всю оставшуюся жизнь, что также способствует укреплению бдительности. Установка на лечение — это внутренний стержень антинаркотических сил личности, при угасании которой из подсознания выплывают заторможенные мысли о желании «убедиться в своем выздоровлении», что провоцирует рецидив приема психоактивных веществ.

Указанный подход является примером реализации известного принципа отечественной медицины — лечить не болезнь, а больного.

Лица, не стремящиеся к излечению, наименее устойчивы к последствиям систематической наркотизации. Это примитивные индивиды, неспособные воспринимать ничего кроме собственных желаний и того, что непосредственно необходимо для их удовлетворения, лица, перенесшие травму головного мозга или органические заболевания ЦНС, им свойственны нарушения настроения, а также психически неустойчивые индивидуумы.

Наркотизм — «заразное» заболевание: индивидуумы заражаются один от другого путем восприятия и усвоения особой наркотической информации, что ведет к первой пробе наркотика. Если при инфекционной болезни организм борется до полной победы и до полного истощения защитных сил, то при наркомании организм и психика действуют порознь. Организм сопротивляется до последней возможности, психика же этой борьбе препятствует, встает на сторону врага.

Профилактика наркотизма должна основываться на нетерпимости общества к этому явлению и быть нацеленной на формирование в нем антинаркогенных барьеров. Различают внутренние и внешние антинаркогенные барьеры. К внутренним антинаркогенным барьерам относятся: биологическая устойчивость индивидуума к действию наркогенных веществ; психологическая

устойчивость индивидуума к наркогенному соблазну; наличие развитой и устойчивой потребностно-эмоциональной сферы, общественно полезных ценностных ориентаций и соответствующих им видов деятельности, приносящих удовлетворение, а также актуальных мотивов воздержания от знакомства с наркогенными веществами на основании знаний о их разрушительном действии на организм и психику; знание способов противостояния наркогенному давлению среды, в частности правильной тактики поведения в ситуации наркогенного заражения. Внешние антинаркогенные барьеры включают: непримиримость к наркотизму общественного сознания, достигаемая совместными усилиями педагогов, социологов, социальных психологов, социальных работников, работников средств массовой информации, деятелей религии; эффективное пересечение незаконного оборота наркотических веществ, участия в их производстве и сбыте.

С точки зрения представления об интернальности – экстернальности Дж.Роттера (внутренний и внешние локусы контроля), развитости и устойчивости личностного начала, если индивидуум достиг высокого уровня личностного развития и обладает внутренними антинаркогенными барьерами, ситуации наркогенного заражения для него практически безопасны. Наличие установки на постоянство внутреннего мира, на полное владение своими психическими функциями, способность достигать состояния душевного равновесия за счет внутренних ресурсов психики делают неприемлемым желание изменить свое психическое состояние с помощью химических веществ, теряя при этом ясность восприятия окружающего мира, утрачивая переживания своего Я. При личностной незрелости индивидуума переживания собственного Я, устойчивость и ясность могут быть для него не очень ценностными и важными. Индивидуум легко готов уйти от самого себя ради какого-либо удовольствия, что является проявлением примитивного гедонизма. Устойчивость таких субъектов особенно в подростковом возрасте к наркогенному соблазну будет определяться эффективностью внешних антинаркогенных барьеров: активным неодобрением или порицанием

окружающих, антинаркотической профилактической работой, большой вероятностью наказания.

Любое ослабление внешнего контроля для таких субъектов чревато началом наркотизации. Ослабление внимания общества к проблеме наркотизма всегда приводит к расширению потребления психоактивных веществ и возрастанию числа алкоголиков и наркоманов.

5. ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ

После определения «групп риска» в отношении развития аддиктивного поведения необходимо с данными учащимися целенаправленно осуществлять профилактическую работу. Более эффективная ее реализация возможна при использовании комплекса педагогических мероприятий, оказывающих превентивное действие на распространение в молодежной среде наркомании и токсикомании.

Предлагаемый комплекс предполагает в первую очередь информирование о вредных и опасных последствиях злоупотребления наркотических и психоактивных веществ, об уголовной ответственности за незаконное изготовление, приобретение, хранение, перевозку, пересылку либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ, а также проведение ролевых игр на основании изученного материала, психотехнических упражнений, просмотр видеофильмов.

Цель педагогических мероприятий – научить подростков правильно вести себя в ситуации, когда им предлагают наркотики, противостоять давлению среды и сверстников, вырабатывать способность к принятию самостоятельных решений, понимать последствия употребления наркотиков.

Прогнозирование аддиктивного поведения учащихся

Для более эффективного проведения профилактической работы по предупреждению распространения наркомании и токсикомании в обществе целесообразно начать ее с выделения среди подростков «групп риска» в отношении аддиктивного поведения.

Прогнозирование развития аддиктивного поведения среди подростков дает возможность в дальнейшем более адресно и целенаправленно строить профилактическую работу с учащимися.

Одним из психологических факторов, влияющих на развитие аддиктивного поведения подростков, является тип акцентуации характера. Характер служит базисом личности. Его основа закладывается в подростковом возрасте, а личность в целом формируется при взрослении. При становлении характера проявляются, усиливаются (акцентируются) отдельные его черты. Поэтому для подросткового возраста (14 – 18 лет) термин «акцентуация характера» является более точным, чем «характер». При акцентуации характера его особенности могут проявляться не всегда и не везде, а обнаруживаются лишь при определенных условиях. Каждому типу акцентуации характера соответствуют свои «слабые места», у каждого типа своя ахиллесова пята. Акцентуация характера – это крайние проявления его нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены, от чего возникает избирательная уязвимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей и даже повышенной устойчивости к другим. К концу подросткового периода или при миновании его проявления акцентуации могут сгладиться или быть компенсированными настолько, что, кроме как при определенных обстоятельствах, не выявляются, т.е. могут стать скрытыми.

Однако подростки с явными акцентуациями характера составляют группу «повышенного риска», они податливы определенным пагубным влияниям среды или психическим травмам. Если психическая травма или сложившаяся ситуация наносит удар по «слабому месту» данного типа акцентуации, то соответствующие черты характера могут раскрыться в полной мере, отражаясь на всем поведении.

На современном этапе выделяют следующие типы акцентуации характера: лабильный, истероидный, эпилептоидный, астеноневротический, неустойчивый, психастенический, шизоидный, циклоидный, гипертимный [82].

Лабильный тип. Представители данного типа обладают маломотивированной резкой изменчивостью настроения, богатством, яркостью и глубиной эмоциональных переживаний, различным восприятием одних и тех же людей и явлений в зависимости от эмоционального фона. Они

чувствительны к всякого рода знакам внимания, поощрению и порицанию. Им присуще тяжелое переживание неприятностей со склонностью к невротическим тенденциям, хорошая интуиция в личностных отношениях. Тяга к общению со сверстниками у них подвержена настроению. Подросток лабильного типа не претендует на роль лидера, ищет эмоциональные контакты, довольствуясь положением любимца. Его сексуальные влечения малодифференцированы, сексуальная активность ограничивается флиртом. Тяга к нарушениям поведения не выражена, отсутствие эмоциональной поддержки может привести к острым эффективным взрывам. Эмоциональное напряжение снимается каким-либо хобби.

Истероидный тип. Для этого типа характерны ярко выраженная потребность привлечь к себе внимание, крайне выраженный эгоцентризм, жажда постоянного внимания к своей особе. Авторитет в группе приобретает подчеркиванием своей необычности или демонстрацией яркости переживаний. В общении в группе представители этого типа стремятся на роль лидера или исключительное положение, но в роли лидера они недостаточно тверды, чтобы повести за собой группу. Им присуща яркость и выраженность эмоций при отсутствии их глубины, рисовка и позерство в переживаниях, лживость и фантазирование в общении из-за желания приукрасить свою личность. Они умеют вживаться в любую роль, но неспособны к длительному усилию в учебе, неглубоко проникают в суть дела. Их увлечения многообразные и часто экстравагантные. При адаптации в группе наиболее труднопреодолимой для них ситуацией является такая, при которой появляется опасность потерять свои исключительные способности в глазах окружающих, для них это удар по самолюбию, крушение надежд. Сексуальное развитие не отличается силой и напряжением, часто подросток придумывает несуществующие половые связи. Нарушение поведения не носит серьезного характера, нежелание жить «серой жизнью» приводит к скандалам с родителями.

Эпилептоидный тип. У представителей этого типа наблюдаются аффективная взрывчатость, характеризующаяся силой и продолжительностью, периоды злобно-тоскливого настроения с накапливающим раздражением и

поиском объекта, на котором можно сорвать зло. Возможны периоды злобной апатии, вспышки безудержного гнева, ярости в ответ на малейшее ущемление интересов. Отмечаются чрезмерная бережливость в отношении собственных вещей, повышенная аккуратность и педантизм, которые превращаются в самоцель, готовность к угодничеству перед начальством и старшими с целью приобрести поддержку, вязкость и тугоподвижность эмоциональных и мыслительных процессов, трудности переключения с одного вида деятельности на другой, азартность, капризность, садистские наклонности. Сильно выраженная тяга к самостоятельности иногда сопровождается злобностью и мстительностью в отношении родителей. Увлечения лежат в сфере тех видов спорта, которые позволяют развить физическую силу. При адаптации в группе наблюдается стремление быть властителем в отношении со сверстниками, неустойчивость. Подростки данного типа обладают умением приспосабливаться к условиям жесткого дисциплинарного режима. Сексуальное развитие напряженное, пробуждается с силой. Они ревнивы, предпочитают постоянных партнеров. Им также присущи повышенная конфликтность, поиск поводов для скандалов с окружающими.

Сенситивный тип. Для подростков этого типа характерны робость и застенчивость в новой обстановке, пугливость и боязливость. Они предпочитают контакты с младшими по возрасту, избегают шумных компаний сверстников, подвижных и озорных игр, чрезмерно привязаны к близким. У них отмечаются хорошая общительность в привычной обстановке, нежелание проявлять и выставлять на показ свои способности из-за боязни прослыть выскочкой, чрезвычайная чувствительность. Стремление к самостоятельности у них слабо выражено, зато сильно развито чувство долга и ответственности, чрезмерно высокие морально-этические требования к себе и окружающим. Они очень привязаны к семье. В учебе и при выполнении поручений проявляют старательность, стремятся достичь успехов в той области знаний, где слабы. Нередки попытки замаскировать внутренние душевные конфликты нарочитой веселостью и развязностью. Подростки остро воспринимают упреки со стороны старших, преданны в дружбе. Сексуальное развитие связано с чувством

собственной неполноценности, что может стать источником мучительных переживаний. Нарушения поведения нет, однако надо учитывать те ситуации, когда подросток становится предметом насмешек, здесь возможна агрессивность.

Астеноневротический тип. У представителей данного типа отмечаются беспокойный сон и плохой аппетит, капризность, пугливость, плаксивость, ночные страхи, повышенная утомляемость, сосредоточенность на физическом самочувствии и телесных ощущениях. Они мнительны, склонны к раздражительности, которая может возникнуть по любому поводу вследствие сильной утомляемости. Для них характерны тревожность, непереносимость психологически напряженных ситуаций. Сексуальная активность ограничивается короткими, быстро истощающимися вспышками. Серьезные нарушения поведения им не свойственны, однако возможны глухая неприязнь и маломотивированные вспышки раздражения по отношению к старшим или сверстникам.

Неустойчивый тип. Для подростков данного типа характерны ярко выраженное безволие в отношении достижения цели, непоседливость и непослушание, рано проявляющееся нежелание учиться. У них повышенная тяга к развлечениям, удовольствиям, праздности, отвращение к любой деятельности, требующей настойчивости. Наблюдаются равнодушие к будущему, нежелание занять какое-либо общественное положение. Им свойственно стремление жить только настоящим, извлекая из него максимум удовольствия. В группе такие личности легко подчиняются другим, неспособны к настоящей привязанности, ненадежны в отношениях. Они плохо переносят одиночество, трусливы, стремятся любым способом избежать или отсрочить наказание. Сексуальное развитие не отличается силой, но пребывание в антисоциальной группе ведет к раннему сексуальному опыту, тяге к антисоциальной среде, наркотикам, табаку, хулиганским действиям. Предпочитают групповые формы правонарушения, поэтому за ними необходим постоянный и жесткий контроль, следует исключить всякое попустительство.

Психастенический тип. Данный тип характеризуется робостью,

пугливостью, моторной неловкостью, нерешительностью. Наблюдаются тревожная мнительность (боязнь возможных бед и несчастий), легкость образования навязчивых страхов, опасений мыслей. Стремление все предусмотреть и поступить в точном соответствии с намеченным планом ведет к педантизму. Склонность к самоанализу, копанию в своих ощущениях и переживаниях, к рассудительству, ранние интеллектуальные интересы. Свойственны неумение делать выбор, долгие и мучительные колебания при принятии решений, нетерпеливость в исполнении уже принятого решения. Стремление преодолеть сомнения появляется в скоропалительности действий именно в тот момент времени, когда требуется осторожность и неторопливость. В группе тяга к самостоятельности выражена слабо. Возможна сильная привязанность к какому-либо из членов семьи. Сексуальное развитие опережает общее физическое развитие, но реализация влечения затрудняется опасениями и страхом перед возможными последствиями и боязнью неудач. Отсутствуют склонность к нарушению поведения и тяга к алкоголю. Возможны подчеркнутое стремление к соблюдению дисциплины, излишняя конформность.

Шизоидный тип. Для подростков данного типа характерны склонность к одиночеству, замкнутость, отгороженность, снижение потребности в общении, эмоциональная холодность, недостаток интуиции, неумение сопереживать. Они могут проявлять неожиданную откровенность с малознакомыми и случайными людьми. У них сильно стремление скрыть свой духовный мир от посторонних. Отличаются своеобразием и необычностью внутреннего мира. Возможно сочетание противоречивых черт: холодности и утонченности, бездеятельности и целеустремленности, упрямства и податливости, настороженности и легковёрности. Непереносимой может являться ситуация, когда необходимо установить широкий круг неформальных и достаточно эмоциональных контактов. Эмоциональный срыв может возникнуть и при настойчивых попытках посторонних людей проникнуть в их душевный мир. В сексуальном развитии отмечается внешнее презрение к вопросу пола, но внутри богатые эротические фантазии. Нарушения поведения обычно групповые. Чтобы

побороть застенчивость, представители данного типа склонны регулярно употреблять алкоголь.

Циклоидный тип. У представителей этого типа отмечаются циклические изменения эмоционального фона. В период спада наблюдаются апатия, раздражительность, упадок сил, вялость, разбитость по утрам, пессимистическая оценка ситуации и перспектив, стремление к одиночеству, обострение самолюбия, чувство скуки и ощущение собственной неполноценности, болезненное переживание всяких неприятностей и неудач. В период подъема характерны повышение жизненного тонуса, увеличение работоспособности, стремление к общению, к новым контактам, повышение самостоятельности. Уровень сексуальной активности колеблется в зависимости от общего психического состояния, склонность к сексуальным отношениям не отмечается. В период подъема настроения наблюдается употребление алкоголя, в периоды снижения не исключены мысли о самоубийстве. Резкая смена жизненных стереотипов может усиливать периоды эмоционального спада. В фазах спада необходимо снизить требования к личности, чтобы не вызвать переутомление.

Гипертимный тип. Представители данного типа, как правило, находятся в хорошем приподнятом настроении, склонны видеть свое будущее в радужных красках. У них наблюдаются потребность в активной деятельности и уверенность в своих силах, стремление к независимости и лидерству в отношениях со сверстниками, потребность в высокой оценке со стороны окружающих, низкая приспособляемость к дисциплине и строгому режиму. Легкомысленное отношение к правилам и закону, противодействие окружающих вызывают вспышки гнева. Они бурно реагируют на оценку со стороны взрослых, находчивы, склонны к риску, у них живой ум и хорошо развито чувство нового. Отмечается плохая переносимость одиночества (они постоянно ищут широкие и разнообразные контакты), неаккуратность в выполнении обещаний, неразборчивость в выборе знакомств, быстрая отходчивость в конфликтах. Половое влечение пробуждается рано и бывает сильным, возможны ранние сексуальные связи.

Каждый отдельно взятый тип акцентуации характера в различной степени предполагает развитие аддиктивного поведения. Наиболее предрасположенными являются четыре из них: неустойчивый, эпилептоидный, гипертимный и истероидный; в меньшей степени – пизоидный и лабильный. Риск развития аддиктивного поведения усиливается, если тип акцентуации характера смешанный, т.е. при несоответствующем конституциональном ядре наслаиваются черты неустойчивого типа.

Представителей неустойчивого типа акцентуации характера называют «безвольными» из-за неспособности к систематическому труду, к достижениям, требующим настойчивости и упорства [81, 84]. Неустойчивые подростки, как указывалось выше, бегут от учебы и труда как от непосильных для них психических нагрузок. Только в безделье они чувствуют относительный комфорт. Но не будучи сами в силах чем-нибудь занять себя, они постоянно нуждаются в определенной стимуляции со стороны, в частности в притоке развлекающей информации. Однако поступающая информация должна быть простой и легкой, не требовать интеллектуального напряжения для восприятия.

Социально приемлемые способы развлечения, которым они поначалу могут отдаваться без удержу, скоро приедаются, наскучивают. Возникает тяготение к новым, необычным, более острым переживаниям. Подходящую «духовную пищу» лучше всего поставяет уличная компания сверстников (территориальные группировки). В ней же происходит знакомство с алкоголем и дурманыщими средствами.

При эпилептоидной акцентуации характера могут встречаться гиперсоциальности. В таких случаях ко всем дурманыщим средствам может быть подчеркнуто негативное отношение, достигающее даже войны со злоупотреблениями. Но оно очень часто не распространяется на алкоголь, если только ребенок не воспитывается в семье фанатичных трезвенников. К наркотикам же такие подростки относятся крайне неприязненно, в основном из опасения повредить здоровью. Однако к дурманыщим средствам, о которых в подростковой среде бытует представление, что «от этого наркоманом не станешь», подобной устойчивости может не быть. Поэтому в младшем

подростковом возрасте эпилептоидные подростки проявляют интерес к ингалянтам, особенно к бензину.

Эпилептоиды вообще тянутся к тому, что «сильно бьет по нервам». Спиртные напитки они предпочитают крепкие и в больших дозах. Любят напиваться «до отрубца», до состояния, о котором ничего вспомнить не могут.

Если эпилептоидный подросток начинает чем-то злоупотреблять, то влечение к данному веществу, будь то алкоголь или наркотик, пробуждается быстро и отличается значительной силой. Именно подобные случаи легли в основу представлений о злокачественности подросткового алкоголизма, стремительно быстром формировании психической и физической зависимости с компульсивным влечением.

Эпилептоидные черты могут не редко развиваться как следствие злоупотребления некоторыми дурмнящими веществами, например, ингалянтами или гашишем.

Подростки гипертимного типа отличаются слабой устойчивостью к влиянию компаний в отношении соблазна злоупотребления алкоголем, наркотическими и другими дурмнящими веществами. Алкоголь вызывает у них выраженную эйфорию. Гашиш бывает привлекателен как средство, способствующее групповой коммуникации, сплочению группы, совместному переживанию необычных ощущений («сигарета по кругу»). Этот же мотив может сделать заманчивым в младшем подростковом возрасте злоупотребление ингалянтами, особенно содержащими бензин и ацетон.

К внутренним вливаниям гипертимы менее расположены. Они предпочитают стимуляторы, приводящие к гипоманиакальному состоянию, побуждающие к неустанной и безудержной активности. Транквилизаторы мало привлекают гипертимов. Расслабленность и сонливость им ни к чему. Релаксации они обычно вовсе не ищут. Главной отличительной чертой подростков гипертимного типа является возможность длительного употребления психоактивных веществ без развития зависимости. Возможно, что присущий гипертимам высокий биологический тонус, постоянное стремление к деятельности, живой интерес ко всему, что происходит вокруг,

наличие заманчивых планов на будущее препятствуют быстрому развитию индивидуальной психической зависимости (групповая зависимость может возникнуть довольно легко). У них так же возникает желание перепробовать на себе действие самых разных веществ.

Истероидные подростки обнаруживают особую склонность к стимуляторам. Вероятно, эти средства помогают им «больше, чем они есть на самом деле» [84]. Стимуляторы не только повышают их активность, но, видимо, дают те ощущения, которых истероиду подсознательно не хватает, – вселяют уверенность в себе, в своих силах и способностях, облегчают вожацкое лидерство среди сверстников, пробуждают самоуверенность и бесстрашие.

Достаточно привлекательными для истероидов могут оказаться и алкоголь, и опиаты, и транквилизаторы, и гашиш. Меньшая склонность обнаруживается к галлюциногенам и еще меньшая к ингалянтам.

Причины такого предпочтения не совсем ясны. Возможно, что галлюциногены и ингалянты не открывают больших возможностей покрасоваться среди значимого окружения, пробудить к себе особый интерес. В алкоголизирующей компании истероидный подросток стремится показать свою выносливость к алкоголю, стремится «всех перепить». В рассказах об употреблении наркотиков они бывают склонны преувеличивать дозы, расписывать свою «наркотическую карьеру», говорят о пробах веществ, о которых только слышали или читали, но явно не могли заполучить (например, LSD). Детальный расспрос обычно выявляет поверхностность знаний и отсутствие собственного опыта.

Лабильный тип акцентуации характера мало благоприятствует развитию аддиктивного поведения. Вовлечение в алкоголизацию или одурманивание другими средствами, вероятно, более всего связано с той компанией сверстников, в которой такой подросток ищет эмоциональную поддержку. Чаще всего средством злоупотребления являются ингалянты в младшем и среднем подростковом возрасте. Эйфоризирующее действие этих веществ и их способность содействовать фантазированию могут оказаться дополни-

тельными факторами, усиливающими привлекательность ингалянтов для эмоционально-лабильных подростков.

Шизоидная акцентуация характера является фактором риска в отношении некоторых форм аддиктивного поведения. Шизоиды могут обнаружить склонность к препаратам опия и гашишу. Опиный «кайф» с его ленивым покоем и уединением, грезоподобными мечтами, видимо, может оказаться особенно созвучным шизоидному характеру. Если шизоиды начинают злоупотреблять опиумом, то легко соглашаются на внутривенные вливания и у них сравнительно быстро может сформироваться психическая, а затем и физическая зависимость.

В младшем подростковом возрасте могут использоваться ингалянты, но именно те, которые способствуют визуализации представлений, т.е. содержащие эфир или ацетон, пятновыводители и некоторые сорта клея.

В старшем подростковом возрасте нередко тяготеют к группам, увлеченным восточной философией. В этих группировках они могут приобщиться к курению гашиша, а затем продолжать в одиночку. Гашиш на них производит впечатление средства, стимулирующего творческие способности. Курение в одиночку обычно приводит к индивидуальной психической зависимости – начинают курить по несколько раз в день.

Алкоголь для шизоидных подростков может сыграть роль коммуникативного допинга [81]. Небольшое количество, чаще крепких, напитков употребляют перед ситуацией, когда возникает необходимость активного общения со сверстниками (перед тем, как пойти в компанию, перед выступлениями).

Астеноневротический тип акцентуации характера у подростков в обычных условиях не предрасполагает к аддиктивному поведению. Однако в некоторых условиях, например, на Крайнем Севере, когда полярная зима с круглосуточной ночью и неизбежным световым голодом сменяется солнечной весной, может обнаружиться тяготение именно к злоупотреблению транквилизаторами [81].

Циклоидные подростки в гипертимной фазе ведут себя собственно как гипертимные в отношении алкоголя и других интоксикаций. Но когда кончается подобная фаза, то обычно кончается и злоупотребление.

В субдепрессивной фазе может появиться желание поднять настроение. Но попытки сделать это с помощью алкоголя или стимуляторов чаще всего не дают ожидаемого эффекта. Алкогольное опьянение может даже усугубить депрессию.

Стимуляторы способны вызвать внутреннее беспокойство и тревогу. Зато транквилизаторы несколько улучшают настроение, вселяют в душу успокоение, позволяют отключиться от случившихся неурядиц, «не переживать». Во время субдепрессивной фазы к какому-либо транквилизатору циклоиды могут даже пристраститься, но, когда минует эта фаза, легко прекращают их принимать, особенно если вслед за субдепрессивным состоянием развивается гипертимная фаза.

Сенситивный и психастенический типы акцентуации характера отличаются повышенной устойчивостью в отношении соблазна алкоголизации, наркотизации и к употреблению иных токсических средств. Аддиктивное поведение в подростковом возрасте им не присуще.

Сенситивные подростки характеризуются робостью и стеснительностью, что затрудняет контакты со сверстниками, особенно с компаниями. Им присуща также большая впечатлительность. Для них тягостны сильные раздражители «бьющие по нервам». К тому же они постоянно озабочены тем, как бы не предстать в глазах окружающих в неприглядном виде. Они страшатся вызвать насмешки. В этом отношении они чувствительны не только к мнению сверстников, но и старших. Видимо, эти особенности удерживают их и от алкоголизации, и от злоупотребления другими дурманящими веществами.

Присущий сенситивным подросткам комплекс собственной неполноценности, заниженная самооценка и основывающаяся на них обычно выраженная реакция гиперкомпенсации (желание преуспеть именно в той области, где чувствуют себя на высоте, а не искать компенсации в какой-либо другой сфере деятельности) не влекут за собой аддиктивного поведения. Это поведение не способно сыграть роль гиперкомпенсирующего фактора в

отношении застенчивости, робости, трудности контактов у чувствительных подростков. Попытки «побороть себя» с помощью алкоголя обычно не приводят к желаемому результату, и эти попытки быстро оставляют.

Психастенический тип со свойственной ему тревожной мнительностью в отношении будущего («как бы чего не случилось») может способствовать употреблению транквилизаторов при надвигающихся стрессовых ситуациях, особенно тех, которые становятся психологической нагрузкой на чувство ответственности (например, экзамены, контрольные во время учебы, разного рода конкурсы и соревнования). Может даже возникнуть своеобразная ситуационная зависимость – потребность в транквилизаторе именно в предвкушении подобных ситуаций. Но этим употребление и заканчивается. Настоящей психической зависимости обычно не развивается.

Диагностика типов акцентуации характера проводится по методике А. Е. Личко (прил. 2).

История происхождения наркотических веществ

Слово «наркотик» имеет древнегреческое происхождение и в переводе означает «приводящий в состояние опьянения, отупения, одурения».

С незапамятных времен люди пытались найти средство, чтобы облегчить боль – самое непосредственное проявление страдания человека. В качестве болеутоляющих средств знахарки чаще всего использовали лечебные травы, особые свойства которых были известны только жрецам и вождям племен. За 2 тысячи лет до нашей эры в Греции и на Кипре из высушенного млечного сока незрелых семенных коробочек мака получали опиум и употребляли его во время ритуала в честь бога Морфия. Греческие воины перед битвами доводили себя до иступления гашишем: они не чувствовали ран и усталости, не знали сострадания и сомнения.

В Средние века их опыт повторили скандинавские викинги – берсеркеры, которые перед битвами ели ядовитые грибы и ягоды. Бились они без одежды, не боялись ран, сметая все на своем пути.

Мифы и легенды, а также исторические хроники разных народов содержат информацию, в которой можно уловить вечную потребность бегства на какое-то время по ту сторону реальности, существующей параллельно тому миру, в котором мы проводим большую часть своей жизни. Так, например, Гомер, великий древнегреческий поэт, две с половиной тысячи лет назад написал в одной из своих поэм, что Елена, жена царя Менелая, подала Телемаху, сыну Одиссея, который прибыл во дворец, разыскивая своего отца, кубок с напитком, называемым «непентес»:

В чаши она круговые подлить вознамерилась соку
Преусладного, миротворящего, сердцу забвенью
Бедствие дающего; тот, кто вино выпивал с благотворным
Слитого соком, был весел весь день и не мог бы заплакать,
Если б и мать, и отец неожиданной смертью утратил,
Если б нечаянно брата лишился иль милого сына,
Вдруг пред очами его пораженного бранною медью.

Древние культуры использовали наркотики также в религиозных целях (галлюциногенные грибы). Так, в Мексике был найден большой каменный гриб с высеченным на ножке обликом бога. Предполагают, что возраст находки свыше 10 000 лет.

В конце XIII в. крестоносцы привезли с Ближнего Востока опиум в Европу. Первый медицинский препарат, изготовленный из опиума, прописал больному в XVI в. знаменитый Парацельс. Он называл опиум «камнем бессмертия» и часто использовал его в своей практике.

Восторженно отзывались о наркотических препаратах многие другие великие люди. Томас де Квинси в «Откровениях английского оптимиста» писал: «Это средство от всех людских мучений, это тайна счастливой жизни, открытая в одно мгновение. Счастье теперь можно купить за один пенс и носить его в кармане жилета. В бутылочке можно хранить миниатюрный экстаз, а душевный покой пересылать по почте».

В Центральной Азии марихуану можно было купить свободно в чайных. Отрады казаков в Сибири вместо водки ели вызывающие галлюцинации грибы.

В конце XIX в. З.Фрейд, узнав о том, как солдат в Баварии, смертельно уставший на изнурительном марше, после дозы кокаина как ни в чем не бывало продолжал маршировать дальше, испытал действие кокаина на себе. После этого он объявил лекарство волшебным, способным вылечить астму и заболевание желудка. В начале XX в. кокаин производился промышленным способом и свободно продавался в аптеках.

Кокаин породил новую специфическую культуру – кокаиновый декаданс, впервые превратился в культурный символ протестующей интеллигенции. В нашей стране годы разрухи и гражданской войны, на фоне криминальной активности населения, привели к возникновению наркотического бизнеса.

1938 г. стал очень важным для истории наркомании. В этом году швейцарскому химику А. Хаффману удалось синтезировать лизергиновую кислоту, что явилось началом развития массового употребления наркотиков в размерах, которые до сих пор не имели прецедента в истории человечества.

Через несколько лет, 16 апреля 1943 г., совершенно случайно А.Хаффман стал первым, кто испробовал действие нового вещества на себе. Как это часто бывает, первооткрыватель не знал, что именно он открыл. Вот как он описал свое первое знакомство с ЛСД – 25: «Пятница ... я должен прервать работу в лаборатории ... меня охватило какое-то странное чувство беспокойства и легкой оглушенности ... я дома, лежу на полу и медленно погружаюсь в делириум, о котором я не могу сказать, что он мне неприятен. Он характеризуется исключительно возбуждающими фантазиями. Я лежу в полубессознательном состоянии с закрытыми глазами ... меня одолевают фантастические видения необычайной реальности с интенсивной игрой красок как в калейдоскопе» [35, с.17]. Позже ЛСД был занесен в группу средств, вызывающих у человека состояние, похожее на психоз.

Во время Всемирного фестиваля молодежи и студентов (1957) в нашу страну были ввезены практически все известные тогда в Европе наркотики: марихуана, опиум, гашиш, кокаин. Среди «золотой» молодежи стал популярен престижный ЛСД. Наркотики вновь, как и в начале века, приобрели статус символа протеста, свидетельства принадлежности к интеллектуальной

оппозиции. Романтический ореол, приданный наркотикам движением жизни, делал употребление «зелья» процессом привлекательным, таинственным, модным.

В крупную проблему превратилось огромное количество наркоманов – жертв Великой Отечественной войны. Бывшие раненые, приученные к наркотикам во время скитаний по госпиталям, после демобилизации снабжались наркотиками через аптеки.

К 70-м гг. XX в. наркотики окончательно стали символом новой морали. Мощный импульс развития наркомании в стране дал Афганистан. Непонятная война, смерть и разрушения, духовная пустота на фоне общего упадка морали сделали наркоманами огромное число молодых людей. Именно в эти годы сложились современные пути завоза в страну готовых наркотиков и сырья из стран Юго-Восточной Азии, Ближнего Востока, возникла инфраструктура торговли наркотиками.

Первые годы горбачевской перестройки совпали с резким ростом наркомании. Это было следствием антиалкогольной кампании: когда стало трудно достать спиртное, многие перешли на наркотики, став наркоманами.

С развалом Советского Союза механизм государственной службы по борьбе с наркотиками и их распространением практически распался на составные части, ситуация вышла из-под контроля. Караванные пути торговцев наркотиками к этому времени окончательно сложились.

Свердловская область стала одной из перевалочных баз потока наркотиков, идущих из Казахстана и Средней Азии на запад и север страны, в районы крупных промышленных городов и мест лишения свободы как основных потребителей. На сегодняшний день наркорынок стремительно меняет структуру, наркомания молодеет. В сферу интересов наркобизнеса втягиваются не только подростки, но и дети. Время, когда травкой и «порошком» баловались исключительно представители преступного мира и студенты, безвозвратно ушло. Наркоситуация захватила самые широкие слои населения.

Частные формы наркомании и действие наркотиков на организм человека

Клиническая картина разных видов наркомании неодинакова. В первую очередь она зависит от разновидности наркотика, а также от того, находится ли наркоман в данный момент под действием наркотика или испытывает следствие его отсутствия, страдая от абстинентного синдрома или ломки. Наиболее часто выделяют следующие частные формы наркомании.

Опийная наркомания (опиомания)

Эпохальными вехами прогресса мировой фармакологии можно считать создание морфина в прошлом веке и героина в нашем. Соответственно наибольшие различия порядкового характера между наркотиками внутри групп опиоидов идут по линии: опиум – морфин – героин. Кроме того, существует много разновидностей и модификаций в каждом из трех семейств.

Опий был известен еще в глубокой древности, считался у врачей универсальным лечебным препаратом. Его сок представляет собой сложную смесь, состоящую из белковых веществ, каучука, смол, сахаров и более чем 20 алкалоидов, наибольшее значение из которых имеют морфин, кодеин, папаверин и др. В опиумных алкалоидах содержатся в виде солей молочной, серной и других кислот. Опиум является сильнодействующим ядом, фармакологическое действие которого заключается в том, что он парализует ЦНС и различные центры пищеварительной системы, вызывает излишнее возбуждение спинного мозга и повышение рефлекторной активности.

Морфин – основной алкалоид в опиуме (его содержание достигает 20%), оказывает сильное болеутоляющее действие, которое основано на блокировке болевых центров головного мозга, уменьшает двигательную, секреторную активность желудка и кишечника, вызывает тошноту, иногда рвоту. Морфин оказывает парализующее действие на деятельность головного мозга, влияет на дыхательный центр, находящийся в продолговатом мозгу, поэтому при отравлении морфином смерть наступает от паралича дыхания. Главной опасностью действия морфина является то, что он вызывает

эйфорическую реакцию, столь желанную у наркоманов, а также может вызвать стремительное развитие пристрастия к нему.

Кодеин оказывает несколько более слабое наркотическое действие, чем морфий, но сильнее действует на рефлекторную деятельность; используется против кашля, реже как снотворное, но не применяется, как морфин, для подавления многочисленных функций организма, так как является тяжелым наркотиком, причиной гибели многих наркоманов.

Героин является производным морфина и оказывает такое же сильное наркотическое действие. В списке лекарственных препаратов он не фигурирует, так как вызывает очень быстрое привыкание. Несмотря на то что производство героина запрещено, нелегальный героиновый бизнес процветает.

У опиомании как болезни различают три стадии.

Первая стадия. В течение короткого времени вырабатывается толерантность и становится необходимым увеличение дозировки, чтобы получить прежний эффект. Каждое введение наркотика сопровождается зудом, который по мере употребления опиума, по длительности становится все короче и под конец первой стадии исчезает.

Теперь употребление наркотика обычно вызывает психологическое напряжение и ухудшение настроения, а также сильное желание как можно быстрее возобновить прием. Появления физического кризиса пока нет.

Первую стадию характеризуют синдром изменения реактивности и синдром психической зависимости. Длительность первой стадии может быть различной и зависит, главным образом, от разновидности опиата: в случае морфинизма – 2 месяца, опиомании – от 3 до 4 месяцев, в случае злоупотребления кокаином – 6 месяцев.

При введении слишком большой дозы опиатов в период, когда еще не появилась толерантность, может наступить резкое угнетение всех структур нервной системы с последующим развитием очень серьезных осложнений: падение артериального давления, затруднение дыхания, вызванное нарушением нервной регуляции и отеком легких, а также нарушение сознания, сопровождаемое состоянием сонливости, и в конце концов смерть.

Вторая стадия. Эффект от действия наркотика в этой стадии отличается от эффекта здорового организма или в организме пациента, прибывающего на первой стадии опиомании. Прежде всего исчезают физиологические нарушения. Выделение мочи и стул нормализуются, а в случае катара верхних дыхательных путей снова появляется кашель. У тех пациентов, которые в первой стадии имели трудности с засыпанием, сон улучшается и становится глубже.

Для этой стадии характерным является изменение наркотического эффекта. Постепенно благодушие и покой сменяются эффектом стимуляции. В первой стадии наркоман перед введением наркотика активен и бодр, а после укола становится вялым и сонным. Во второй стадии перед уколom опиоман апатичен и расслаблен, но после инъекции оживлен и подвижен.

Психическая зависимость максимально выражена именно в этой стадии. Страх перед абстинентным синдромом усиливается и в значительной мере влияет на поведение наркомана. В этой стадии начинает развиваться физическая зависимость.

Третья стадия. Опиум оказывает исключительно стимулирующее действие, его эйфорийный эффект исчезает. Во время кризиса в этой стадии морфин ликвидирует артериальную гипертензию и ускоряет замедленный сердечный ритм, одновременно повышает мышечный тонус, делает движения более уверенными.

Абстинентный синдром в третьей стадии характеризуется общим снижением нормального мышечного тонуса, слабостью и депрессией, которую часто сопровождают суицидальные мысли.

По мере развития опиомании в железах внутренней секреции, прежде всего в половых железах, происходят серьезные изменения. У женщин прекращается менструация, они становятся фригидными, а у мужчин ослабевает половое влечение, и они становятся импотентами, о чем особенно не переживают.

Некоторые специалисты считают, что отсутствие полового влечения у опиоманов является последствием опиумного угасания чувств в сфере эмоциональных переживаний; другие полагают, что импотенция – результат того, что все потребности наркоманов, в том числе сексуальные, удовлетворяет наркотик, поэтому они не испытывают потребности в нормальных половых отношениях.

Кокаиномания

Кокаин содержится в листьях дикорастущих кустов кока, произрастающих в Южной Америке и специально выращиваемых в больших количествах на островах Индийского океана. Главный эффект кокаина – возбуждающее действие, которое он оказывает на центральную нервную систему. Вначале возникает ложное чувство легкости в мыслях и действиях, затем оно сменяется повышенной раздражительностью и подавленностью. Кокаин легко всасывается через слизистую оболочку носа и поэтому употребляется наркоманами преимущественно путем нюхания кристаллов кокаина. Наиболее тяжелые последствия возникают при внутривенном введении кокаина.

Наркоманы часто сочетают кокаин с морфином (в среде наркоманов это сочетание известно как «спидболл» – скоростной шар).

В результате усиления полового влечения вначале наркоманы пытаются удовлетворить свои сексуальные потребности, невзирая на принятые нормы морали и поведения, позже, по мере ослабления потенции и сексуального чувства, они склонны к половым извращениям, часто с некоторой долей садизма по отношению к партнеру, которого желают и одновременно ненавидят. Необычное и часто шокирующее поведение кокаиноманов быстро становится заметным для окружения.

Марижуана

Многие наркоманы, особенно совсем молодые, с небольшим опытом употребления наркотиков, ошибочно считают, что марижуана всегда пробуждает «осознание своего я», «открывает неведомые горизонты»,

«освобождает от страхов» и «увеличивает сексуальное удовольствие». Правда выглядит совсем иначе. Марихуана потенцирует уже существующее внутренне состояние. Если человек курит марихуану в состоянии печали, то он становится еще печальнее и его состояние значительно ухудшается. Тот, кто весел, после марихуаны становится еще веселее. Таким образом, эффект марихуаны в большей мере зависит не столько от внешних факторов, сколько от душевного состояния личности в момент приема наркотиков.

Психическая зависимость от марихуаны развивается постепенно. Наркоман теряет интерес к любым действиям, становится безвольным и апатичным, большую часть дня пребывает в полусне; наблюдаются приступы эмоций, невозможность концентрации. Пациент демонстрирует серьезные нарушения морали.

Многие специалисты считают, что умеренное потребление марихуаны не вызывает неблагоприятных изменений в организме и физической зависимости. Но нельзя рассматривать опасность, тающуюся в марихуане, исключительно с точки зрения ее фармакологических эффектов. Опасность прежде всего нужно искать в личности самого наркомана, а уж потом в марихуане. В отличие от азиатов, представители западной цивилизации редко останавливаются на этом наркотике. Азиаты, склонные к созерцанию и к отстраненному течению мышления, предпочитают марихуану и другие наркотики, способствующие медитации и инертности.

Если внешние условия меняются или человек, курящий марихуану, пребывает в плохом настроении, то результатом курения может стать страх или параноидальные явления. Стремясь защититься, наркоман еще больше замыкается в себе или пытается убежать от опасности.

Если бегство по какой-то причине невозможно, наркоман может совершить попытку самоубийства, может атаковать источник фиктивной опасности. Такие же эксцессы, хотя и редко, но происходят среди тех, кто употребляет гашиш.

Амфетаминовая наркомания

Наркомания, обусловленная употреблением *эфедрина*. Эфедрин является самодельным препаратом и представляет собой обработанный эфедрин. Эфедрин оказывает стимулирующее влияние на центральную нервную систему, употребляется внутрь или внутривенно. В технологии производства эфедрина наркоманы используют уксусную кислоту и перманганат калия (марганцовку). Воздействие солей марганца на нервную систему приводит – может быть, в течение нескольких лет – к тому, что бедра и голени будут едва двигаться, стопами пошевелить невозможно (они просто висят как тряпки). Значительно быстрее, чем паралич стоп, развивается специфическое марганцовое слабоумие.

Как и многие осложнения наркомании, ни паралич, ни слабоумие нельзя вылечить – они необратимы. Специалист по эфедрину М. А. Лапицкий описывает в своих работах еще и синдром Паркинсона (паркинсонизм) у наркоманов: нарушение координации движений, мимики, речи, тремор (дрожание) головы и конечностей. Состояние эфедриновой интоксикации также характеризуется симптомами возбуждения, повышенной чувствительностью к внешним раздражениям, многоречивостью и т.д. [13, 14, 17, 58, 59].

В процессе злоупотребления эфедрина возникающая психическая зависимость может быть очень интенсивной. Больные эфедриновой наркоманией имеют достаточно характерный внешний вид: глаза запавшие, с нездоровым блеском, кожные покровы очень бледные, с сероватым оттенком, вес тела значительно снижен. Наркотическая зависимость может сформироваться в течение 1 – 2 месяцев.

Психоделики (галлюциногены)

Наиболее известными психоделическими наркотиками являются *ЛСД – 25, мескалин, пеолюбицин*. Поскольку действие этих наркотиков в общем похоже или даже идентично, то их общая картина и эффекты сходны.

Препараты в основном принимают внутрь. Они вызывают состояние возбуждения нервной системы, иногда возникает тревожная депрессия, наблюдаются нарушения восприятия окружающей действительности, острый бред, дезориентировка, зрительные галлюцинации.

Личность наркомана разделяется на две части: Я наблюдающее и Я переживающее. Каждое из этих частей сознания функционирует как сама по себе, так и одновременно со второй, что определяет невозможность объединения впечатлений в единое логическое целое. Внимание дробится. Из-за разделения Я одновременно существуют две формы сознания: новая психоделическая и нормальная, являющаяся одновременно и наблюдателем, и критиком.

Находясь под действием наркотика, обладающего психоделическим действием, можно испытать и серьезные нарушения в области соматических и вегетативных функций. Нарушения могут колебаться от очень незначительных до очень серьезных. Люди под действием психоделиков могут ощущать себя различными животными или даже неживыми материальными объектами, могут пережить уменьшение тела до атомных размеров или увеличение до размеров галактики. Этому чувству сопутствует ощущение неограниченной силы, когда любое действие кажется возможным, а любой замысел выполнимым.

Известны случаи смерти людей, находящихся под действием ЛСД, которые были уверены, что могут одним пальцем остановить автомобиль или летать как птица, выпрыгнув из окна небоскреба. Некоторые описывают ощущения так называемого «внутреннего телесного сознания», когда им удавалось чувствовать продвижение крови по сосудам и через сердце, контролировать сигналы ЦНС и деятельность мозга.

Эффект психоделических наркотиков касается и других чувств. Например, музыку можно воспринимать в цвете, а у цвета может появиться вкус.

Одной из наиболее неблагоприятных реакций для наркомана, употребляющего ЛСД-25 или другие наркотики, обладающие психоделическими свойствами, является то, что человек испытывает две

одинаково сильные, но противоположные эмоции, например: страх и расслабление, любовь и ненависть к одному и тому же лицу, депрессию и возбуждение.

Человек в состоянии эффективной дезориентации впадает в панику, что делает весьма возможными антиобщественное поведение и агрессивные реакции.

Летучие вещества

В быту их называют растворителями. В эту группу с точки зрения наркологии входят растворители и препараты бытовой химии, содержащие их (например, клей «Момент», бензин, краска). Сами по себе летучие наркотически действующие вещества (ЛНДВ) к наркотикам не относятся. Опьяняющее действие ЛНДВ возможно лишь в том случае, если количество поступившего в организм токсического вещества (по сравнению с другими группами наркотиков) велико.

При регулярном употреблении ЛНДВ с частотой один раз в неделю развиваются следующие осложнения: гибель клеток печени и токсическое поражение печени – дистрофия (срок формирования – около 8 – 10 месяцев, результат – хроническая недостаточность печени, нарушение свертываемости крови, снижение иммунитета, отеки и в конце концов цирроз); гибель клеток головного мозга и энцефалопатия – необратимое поражение головного мозга (срок формирования – 12 – 16 месяцев, результат – отставание в психическом развитии, а также резкие изменения характера в сторону раздражительности, вспыльчивости, несдержанности и неуправляемой агрессивности); гибель клеток легких и воспаление легких – пневмония. Последнее особенно характерно при злоупотреблении бензином. Пневмония может наступить в первые месяцы злоупотребления. Частым исходом пневмонии является пневмосклероз (замещение легочной ткани рубцами).

Поскольку ЛНДВ в основном употребляют малолетние, очень заметно их отставание как в умственном, так и физическом развитии по сравнению со сверстниками.

Конопля

Конопля — наиболее часто встречающийся наркотик. За все психоактивные свойства, которыми обладают препараты конопли, ответственны содержащиеся в данном растении вещества коннабиноиды. При невыраженной интоксикации препаратами конопли отмечаются следующие внешние признаки: сниженная мышечная сила, увеличение частоты пульса до 100 и более уд/мин, может возникнуть сонливость. Поведение часто бывает нелепым, с неадекватным безудержным смехом, болтливостью, возникают шум и звон в ушах, память и внимание ослаблены. Сухость во рту, глаза блестят, зрачки расширены, реакция зрачков на свет ослаблена, ощущаются голод и жажда, иногда возникают тошнота и рвота.

При употреблении выраженных доз препаратов конопли возникает состояние острой интоксикации с параноидальными реакциями, бредом, спутанностью, беспокойством, возбуждением, формируются эмоциональная неустойчивость, психическая и физическая истощаемость.

Вследствие того, что препараты конопли обычно курят, в первую очередь поражаются легкие больного. В конопле присутствует не меньше смол и фенотренов, чем в табаке, а именно они вызывают и хронический бронхит и рак легких. Несмотря на то что коноплю курят, ее алкалоиды весьма серьезно поражают печень [87, 93, 97].

Сердце, несомненно, страдает при интоксикации препаратами конопли, потому что они непосредственно ускоряют частоту сердечных сокращений, что приводит к перегрузке сердечной мышцы (миокарда). Перегрузка, в свою очередь, быстро истощает ресурсы миокарда и вызывает ее дегенерацию. Кроме того, при интоксикации коноплей нарушается работа нервных узлов, ответственных за ритмичную работу сердца, и возникает сердечная аритмия. При снятии электрокардиограммы у зависимого от конопли почти в 100% находят патологию. Употребление конопли приводит к тяжелому повреждению головного мозга. Конопля, как и наркотики галлюциногенной группы, нарушает обмен медиаторов мозга, и мозг начинает работать так, как у

больного шизофренией. Когда интоксикация проходит, функционирование головного мозга восстанавливается, но не полностью. Остаются поначалу мало заметные изменения, если злоупотребление продолжается, эти изменения накапливаются («аккумулируются»), в результате человек превращается в апатичного, вялого, медленно соображающего, тревожащегося по самому незначительному поводу, крайне тягостного и для себя, и для близких. Такому пациенту курить коноплю уже не хочется, но, к большому сожалению, это состояние необратимое.

Таким образом, в результате употребления наркотических и таксикоманических веществ происходит формирование психической и физической зависимости.

Психическая зависимость – это болезненное стремление вновь пережить и почувствовать определенные ощущения, изменения настроения, вызываемые у наркоманов действием того или иного наркотика. Психическая зависимость выражается в явлениях острого психического дискомфорта, душевного неблагополучия, развивающихся в период воздержания от употребления наркотиков (подавленность, тоска, внутренняя пустота, раздражительность и т. п.).

Физическая зависимость обуславливается перестройкой, развившейся вследствие систематического употребления наркотиков. При этом отсутствие наркотика в организме ведет к появлению ряда неприятных ощущений у наркомана. Возникает «ломка» или синдром отнятия, которые исчезают только после повторного принятия этого вещества.

У жертв наркомании постоянная потребность в наркотике выражается не столько в стремлении ощутить эйфорию, сколько в желании избежать тягостного, губительного состояния организма – абстиненции. Это мучительное состояние, вызываемое острой потребностью в новой дозе, многократно описано наркологами, в частности опийные абстинентные синдромы. При абстиненции особенно резко проявляются вегетативные расстройства сердцебиения, потливость, гиперсекреция слизистой, зевота, чихание, кашель. Пульс становится частым и слабым. Зрачки расширяются. Голос делается

хриплым, тембр его изменяется. В период абстиненции обостряются уже имеющиеся заболевания. В костях и мышцах появляются мозжащие боли, иногда носящие характер щекотания, что крайне мучительно для больного. Он находится в постоянном движении, кричит, стонет, ворочается в постели, бегаёт по палате, упрасивает персонал дать ему морфин или что-нибудь заменяющие его. Отмечаются потеря аппетита, тошнота, рвота, урчание и боли в животе, понос. Нарастают беспокойство и слабость, наркоман начинает дрожать, постоянно поеживается, зевает, потеет. Вскоре к этому добавляются слезы, выделение из носа и обильная слюна. Затем наступает провал в сознании, полубред-полусон, из которого он выходит через сутки или около этого после последней дозы. Затем из глаз и носа человека бегут полноводные ручьи, изводит жестокий понос, человек становится холодным, появляется гусиная кожа. И наконец, начинают с невероятной силой работать внутренности. Ломит и крутит суставы, сводит в спазмах желудок, иногда идет сильная рвота с кровью, его всего трясет, ноги как бы пританцовывают, он кричит от боли, не находит себе места и то пытается зарыться в одеяло и согреться, то мечется из угла в угол, то валится на пол. Не у каждого нервная система выдержит это, некоторые теряют сознание. Ломка может продолжаться от нескольких дней до нескольких недель.

Редкие наблюдения показывают: падение в бездну может быть очень коротким, иногда в течение 4 – 6 месяцев; наступает полная деградация личности, физическое разрушение органов и тканей, появляется обширный набор болезней из-за резкого ослабления иммунитета и возможна преждевременная смерть.

Действие наркотиков на физиологические системы организма

Кокаин

Как общее проявление может наблюдаться снижение массы тела, так как кокаин действует на центр голода и снижает аппетит.

ЦНС. В качестве острых эффектов выделяют эйфорию (редко – дисфорию): ощущается прилив энергии, усиливается умственная активность, повышается чувственное восприятие, беспокойство, отмечается повышенная самоуверенность, снижение потребности в сне, возможен бред (мания преследования, сначала в виде любопытства, на следующих стадиях нарастает тревожность, паранойя).

Хроническими эффектами являются головные боли, судороги, церебральные кровоизлияния (т.е. кровоизлияние в ствол мозга и спинной мозг), мозговые инсульты, церебральная атрофия.

Поведенческие реакции: паранойя, психоз, самоубийство, галлюцинаторные расстройства.

Сердечно-сосудистая система. В качестве острых эффектов возникают боль за грудиной, инфаркт миокарда, аритмия (нарушение сердечного ритма может проявляться в виде тахикардии, брадикардии и асистолии) – это наиболее частые причины внезапной смерти при применении кокаина. Причем смерть может наступить как у длительно принимающих кокаин, так и у тех, кто его принял впервые. Например, вследствие глубокого венозного тромбоза (не растворимые в воде отложения в сосудах).

К хроническим эффектам можно отнести кардиомиопатию и миокардит. Кардиомиопатия проявляется в изменении мышечной ткани. Миокардит – воспаление сердечной мышцы. При остром миокардите обычны жалобы на слабость, быструю утомляемость, одышку, сердцебиение, перебои и боли в области сердца.

Дыхательная система. Легочные заболевания в основном связаны с курением кокаина. В качестве острых эффектов отмечают спонтанный пневмоторакс (разрыв оболочек легкого), отек легких, легочное кровотечение; в качестве хронических эффектов – кашель, черную мокроту, одышку, обострение астмы.

Пищеварительная система (желудочно-кишечный тракт). С потреблением кокаина связывают некоторые желудочно-кишечные расстройства: колит, кишечную ишемию, гастродуоденальную перфорацию.

Ишемия – местное малокровие, недостаточное содержание крови в органе или ткани, вызванное сужением или полным закрытием просвета приводящей артерии. Гастродуоденит – воспаление желудка и двенадцатиперстной кишки.

Выделительная система. Может развиваться острая почечная недостаточность, обусловленная синдромом длительного сдавливания почек, некроз почечной ткани в результате недостаточного кровоснабжения.

Половая система. При злоупотреблении кокаином выделяют акушерско-гинекологические осложнения: отторжение плаценты, снижение массы тела новорожденного, преждевременные роды, рак шейки матки. Отмечаются сексуальные дисфункции. Вначале злоупотребления отмечается сексуальное возбуждение, более длительная выносливость при половом акте. Но хроническое употребление кокаина ведет к сексуальной дисфункции, включая импотенцию. Мужчины, принимающие кокаин в больших дозах, испытывают трудность с поддержанием эрекции и эякуляции, многие также сообщают о снижении либидо. У женщин хроническое употребление кокаина может стать причиной нарушения менструального цикла, аменореи, бесплодия и отсутствия оргазма.

Как и все внутривенно вводимые препараты, применение кокаина часто связывают с передачей ВИЧ, гепатита В, возникновением остеомиелита и эндокардита. Повышается риск заболеваний, передающихся половым путем: гонорея, сифилис, хламидиоз.

Марихуана

Как общее проявление наблюдаются хроническое утомление, тошнота, головные боли.

ЦНС. Применение марихуаны дает чувство благополучия и (или) эйфории, т.е. она обладает свойствами релаксанта. Расслабленность может чередоваться с чувством тревоги. После длительного приема возникают нарушение познавательной способности, изменение восприятия, нарушение сложных двигательных функций, невнятная речь, ухудшение кратковременной памяти.

В поведении отмечаются нарушение настроения (депрессия, чувство тревоги), появляются галлюцинации, приступы паники, суицидные попытки.

Сердечно-сосудистая система. Увеличивается частота пульса (тахикардия), повышается систолическое давление в положении лежа и снижается в положении стоя.

Дыхательная система. Наблюдаются сухой непродуктивный кашель, хроническое воспаление горла, заложенность носа, частые инфекции верхних дыхательных путей, хронический бронхит, рак легких.

Половая система. Прослеживаются мужское бесплодие, отсутствие менструаций или ненормальное течение, нарушения развития плода, импотенция, снижение либидо и чувства полового удовлетворения.

Помимо вышеуказанных заболеваний возможны изменение окраски языка и отек язычка неба.

Опиаты (морфин, кодеин, героин)

Эти препараты применяются для анальгезии и анестезии (для обезболивания).

ЦНС. В качестве острого эффекта отмечают эйфорию, седативный (снотворный) эффект (до бессознательного состояния), подавление кашлевого рефлекса. К хроническим эффектам относят ослабленное внимание, снижение тактильной чувствительности, нестабильность настроения, миелопатию (повреждение или заболевание спинного мозга).

Сердечно-сосудистая система. Имеют место тахикардия и повышение давления.

Дыхательная система. К острым эффектам относят угнетение дыхания; к хроническим – увеличение частоты респираторных заболеваний (пневмонии, туберкулеза).

Желудочно-кишечный тракт. В качестве острых эффектов отмечают снижение перистальтики, панкреатическую и кишечную секрецию; в качестве хронических – запор, нарушение функций печени, тошноту и рвоту.

Выделительная система. Острый эффект — ингибирование рефлекса выделения мочи.

Половая система. Наблюдаются снижение либидо и нерегулярность менструации.

Седативно-снотворные средства

Эти средства являются депрессантами ЦНС, обладают антифебрическими успокаивающими свойствами в малых дозах и седативно-снотворным эффектом в больших дозах. К ним относят бензодиазенины (элениум, реланиум и т.д.).

ЦНС. При превышении дозы развивается седативный эффект, снижается чувство тревоги и наступает расторможенность, повышается продолжительность сна, наблюдаются анестезия с потерей сознания, амнезия и сниженная рефлекторная активность, отмечаются нарушение внимания, невнятная речь, неустойчивая походка.

Сердечно-сосудистая система: понижение давления, тахикардия.

Дыхательная система: угнетение дыхания, пневмония, отек легких.

Выделительная система: почечная недостаточность.

При передозировке могут появиться волдыри на коже.

Галлюциногены и фенциклидин

Фенциклидин химически не связан с группой галлюциногенов, но вызывает аналогичные реакции, такие как галлюцинации, бред, иллюзии. К галлюциногенам также относятся мессалин, ЛСД.

ЦНС: эйфория, неконтролируемый смех или плач, нарушение мышления, искаженное чувство времени и пространства, визуальные галлюцинации и иллюзии.

Сердечно-сосудистая система: повышенная температура тела, повышение кровяного давления, фенциклидин может вызывать кардиогенный шок.

Дыхательная система: угнетение дыхания.

Пищеварительная система: иногда тошнота, слюноотделение. На фоне приема препарата быстро развивается синестезия, при которой границы между чувствами стираются – звуки могут «ощущаться».

Амфетамины

Общие эффекты включают беспокойство, головокружение, сильную потливость, крапивницу, импотенцию.

ЦНС: состояние повышенной работоспособности и активности, пониженная утомляемость, приподнятое настроение, повышенная концентрация внимания, пониженный аппетит, бессонница, судороги, психоз.

Сердечно-сосудистая система: стенокардическая боль.

Дыхательная система: расширение бронхов.

Пищеварительная система: тошнота, колики в животе, металлический привкус во рту.

Применение амфетаминов противопоказано пациентам с болезнью сердца, глаукомой. Считается, что стимуляторы, включающие амфетамин, тормозят рост детей. Злоупотребление амфетамином легко можно спутать с злоупотреблением кокаином.

Летучие органические соединения (ЛОС)

Основной опасностью применения ЛОС является внезапная смерть, нарушение зрения. К ЛОС относятся: ароматические углеводороды (бензол, ксилол), эфиры, ацетаты (ацетон, литил) и т. д.

ЦНС. В качестве острых эффектов выделяют эйфорию, расторможенность, дезориентацию, головокружение, обмороки, головную боль, судороги (при высоких дозах); в качестве хронических – когнитивную дисфункцию (особенно нарушение памяти и концентрации внимания), психоз, бред, депрессию.

Сердечно-сосудистая система. Наблюдаются тахикардия (учащение сердцебиения), возможны развитие брадикардии (замедление сердцебиения), а также внезапная смерть, вызванная быстрым подъемом уровня катехоламинов в крови.

Дыхательная система. К острым эффектам относят раздражение носоглотки, затрудненное шумное дыхание, хрипы; к хроническим – носовое кровотечение, неприятный запах изо рта, насморк, шум в ушах.

Пищеварительная система. Отмечаются обильное слюноотделение, тошнота, диффузная боль в животе, кровавая рвота, гепатит, внезапно возникающий некроз печени.

Выделительная система. В качестве острых эффектов возникают ацидоз дистальных канальцев, токсическая нефропатия, возможно развитие лейкомии и анемии.

Законодательные акты, предупреждающие злоупотребление наркотических и психоактивных веществ

Наркомания, как подчеркивают эксперты Всемирной организации здравоохранения, является большой угрозой для здравоохранения в мировом масштабе.

Каждое государство принимает меры по предупреждению злоупотребления наркотиками среди населения, не является исключением и Россия.

Президентом Российской Федерации Б.Н. Ельциным 8 января 1998 г. был подписан Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» (№393), ранее принятый Государственной Думой (10.12.97) и одобренный Советом Федерации (24.12.97). Закон вступил в силу через три месяца со дня его официального опубликования.

Закон устанавливает правовые основы государственной политики в сфере оборота наркотических и психотропных средств, а также в области противодействия их незаконному обороту в целях охраны здоровья граждан, государственной и общественной безопасности.

В законе используются следующие основные понятия:

«Наркотические средства – вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, растения, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в РФ,

в соответствии с законодательством РФ, международными договорами, в том числе Конвенцией о наркотических средствах 1961 г.

Психотропные вещества – вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, растения, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в РФ, в соответствии с законодательством РФ, международными договорами.

Прекурсоры наркотических средств и психотропных веществ – вещества, часто используемые при производстве, изготовлении, переработке наркотических средств и психотропных веществ, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и прекурсоров, подлежащих контролю в РФ, в соответствии с законодательством РФ, международными договорами.

Аналоги наркотических средств и психотропных веществ – запрещенные для оборота в РФ вещества синтетического или естественного происхождения, не включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в РФ, химическая структура и свойства которых сходны с химической структурой и со свойствами наркотических средств и психотропных веществ, психоактивное действие которых они воспроизводят.

Препарат – смесь веществ в любом физическом состоянии, содержащая одно или несколько наркотических средств или психотропных веществ, включенных в перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в РФ.

Оборот наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров – культивирование растений, разработка, производство, изготовление, переработка, хранение, пересылка, отпуск, реализация, распределение, приобретение, использование, ввоз на таможенную территорию РФ, вывоз с таможенной территории РФ, уничтожение наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, разрешенных и контролируемых в соответствии с законодательством РФ.

Незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ и их

прекурсоров – оборот наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, осуществляемый в нарушение законодательства РФ.

Производство наркотических средств, психотропных веществ – действия, направленные на серийное получение наркотических средств или психотропных веществ из химических веществ и (или) растений.

Изготовление наркотических средств, психотропных веществ – действия, в результате которых на основе наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров получены готовые к использованию и потреблению формы наркотических средств, психотропных веществ или содержащие их лекарственные средства.

Переработка наркотических средств, психотропных веществ – действия, в результате которых происходят рафинирование (очистка от посторонних примесей), повышение в препарате концентрации наркотических средств или психотропных веществ, а также получение на их основе веществ, не являющихся наркотическими средствами или психотропными веществами.

Распределение наркотических средств, психотропных веществ – действия, в результате которых в соответствии с порядком, установленным Правительством РФ, конкретные юридические лица получают в установленных для них размерах конкретные наркотические средства или психотропные вещества для осуществления оборота наркотических средств, психотропных веществ.

Ввоз (вывоз) наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров – перемещение наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров с таможенной территории другого государства на таможенную территорию РФ или с таможенной территории РФ на таможенную территорию другого государства.

Наркомания – заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества.

Больной наркоманией – лицо, которому по результатам медицинского освидетельствования, проведенного в соответствии с настоящим Федеральным законом, поставлен диагноз “наркомания”.

Незаконное потребление наркотических средств или психотропных веществ – потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача. Государственные квоты на наркотические средства и психотропные вещества (далее – государственные квоты) – квоты на наркотические средства и психотропные вещества, устанавливаемые Правительством Российской Федерации в соответствии с международными договорами Российской Федерации на основании расчета потребности Российской Федерации в наркотических средствах и психотропных веществах, в пределах которых осуществляется их борот»[113, с.56].

Законодательством Российской Федерации предусматривается и уголовная ответственность в сфере оборота наркотических средств и психотропных веществ. В частности, глава 25 Уголовного кодекса РФ «Преступления против здоровья населения и общественной нравственности» содержит ряд статей, регулирующих эту область деятельности.

«Статья 228. Незаконное изготовление, приобретение, хранение, перевозка, пересылка либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ.

1. Незаконные приобретение или хранение без цели сбыта наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере наказываются лишением свободы на срок до трех лет.

2. Незаконные приобретение или хранение в целях сбыта, изготовление, переработка, перевозка, пересылка либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет с конфискацией имущества или без таковой.

3. Деяния, предусмотренные частью второй настоящей статьи, совершенные: а) группой лиц по предварительному сговору, б) неоднократно, в) в отношении наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере, наказываются лишением свободы на срок от пяти до десяти лет с конфискацией имущества или без таковой.

4. Деяния, предусмотренные частями второй или третьей настоящей статьи, совершенные организованной группой, либо в отношении

наркотических средств или психотропных веществ в особо крупном размере, наказываются лишением свободы на срок от семи до пятнадцати лет с конфискацией имущества.

5. Нарушение правил производства, изготовления, переработки, хранения, учета, отпуска, реализации, продажи, распределения, перевозки, пересылки, приобретения, использования, ввоза, вывоза либо уничтожения наркотических средств или психотропных веществ, а также веществ, инструментов или оборудования, используемых для изготовления наркотических средств или психотропных веществ, находящихся под постоянным контролем, если это деяние совершено лицом, в обязанности которого входит соблюдение указанных правил, наказывается штрафом в размере от двухсот до пятисот минимальных размеров оплаты труда или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от двух до пяти месяцев, либо лишением свободы на срок до трех лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

Примечание. Лицо, добровольно сдавшее наркотические средства или психотропные вещества и активно способствовавшее раскрытию или пресечению преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотических средств или психотропных веществ, изобличению лиц их совершавших, обнаружению имущества, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление.

Статья 229. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ.

1. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет.

2. Те же деяния, совершенные: а) группой лиц по предварительному сговору; б) неоднократно; в) лицом с использованием своего служебного положения; г) с применением насилия, не опасного для жизни или здоровья,

либо с угрозой применения такого насилия, наказываются лишением свободы на срок от шести до десяти лет с конфискацией имущества или без таковой.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они совершены: а) организованной группой; б) в отношении наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере; в) с применением насилия, опасного для жизни или здоровья, либо с угрозой применения такого насилия; г) лицом, два или более раза судимым за хищение либо вымогательство, наказываются лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет с конфискацией имущества.

Статья 230. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ.

1. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ, наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок от двух до пяти лет.

2. То же деяние, совершенное: а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой; б) неоднократно; в) в отношении заведомо несовершеннолетнего либо двух или более лиц; г) с применением насилия или с угрозой его применения, наказывается лишением свободы на срок от трех до восьми лет.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они повлекли по неосторожности смерть потерпевшего или иные тяжкие последствия, наказываются лишением свободы на срок от шести до двенадцати лет.

Статья 231. Незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества.

1. Посев или выращивание запрещенных к возделыванию растений, а также культивирование сортов конопли, мака или других растений, содержащих наркотические вещества, наказываются штрафом в размере от пятисот до семисот минимальных размеров оплаты труда или в размере заработ-

ной: платы или иного дохода осужденного за период от пяти до семи месяцев либо лишением свободы на срок до двух лет.

2. Те же деяния, совершенные: а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой; б) неоднократно; в) в крупном размере, наказываются лишением свободы на срок от трех до восьми лет.

Статья 232. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ

1. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ, наказываются лишением свободы на срок до четырех лет.

2. Те же деяния, совершенные организованной группой, наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет.» [116, с. 142–145].

Помимо законодательных актов федерального уровня в Свердловской области имеются нормативные документы областного масштаба, регулирующие отношения в сфере профилактики наркомании и токсикомании, организации лечения, социальной и психической реабилитации лиц, страдающих данными заболеваниями. Таким документом, в частности, является областной закон «О профилактике наркомании и токсикомании на территории Свердловской области» [21].

В законе рассматривается понятие профилактики наркомании и токсикомании как «система мер, направленных на прекращение роста и снижение уровня незаконного потребления наркотических, токсических, психотропных средств гражданами, проживающими на территории Свердловской области; предупреждение совершения правонарушений лицами, употребляющими наркотические, токсические, психотропные средства, оказание им необходимой медицинской и реабилитационной помощи; осуществление государственного контроля за изготовлением, хранением, транспортировкой и реализацией наркотических и психотропных средств, пресечение их незаконного оборота на территории Свердловской области» [21, с.43].

Также областной закон определяет задачи и виды социальных учебно-воспитательных организаций для несовершеннолетних с девиантным поведением, имеющих зависимость от наркотических, токсических и психотропных средств, в сфере профилактики наркомании и токсикомании.

Основными задачами социальных учебно-воспитательных организаций для несовершеннолетних с девиантным поведением, имеющих зависимость от наркотических, токсических и психотропных средств, являются:

1. Обеспечение психолого-медико-педагогической реабилитации и социальной адаптации, несовершеннолетних с девиантным поведением, имеющих зависимость от наркотических, токсических и психотропных средств.

2. Создание условий для получения ими начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования, начального профессионального образования.

К специальным учебно-воспитательным организациям для несовершеннолетних с девиантным поведением, имеющих зависимость от наркотических, токсических и психотропных средств, относятся:

- специальные образовательные школы;
- специальные профессиональные училища;
- специальные коррекционные образовательные учреждения для несовершеннолетних с отклонениями в развитии, совершивших общественно опасные деяния.

Другие виды образовательных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в особых условиях воспитания и образования.

Специальные учебно-воспитательные организации для несовершеннолетних с девиантным поведением, имеющих зависимость от наркотических, токсических и психотропных средств, могут быть открытого и закрытого типа.

В специальных учебно-воспитательных организациях открытого типа для несовершеннолетних с девиантным поведением, имеющих зависимость от наркотических, токсических и психотропных средств, принимаются несовершеннолетние в возрасте от 8 до 18 лет, требующие особого педагогического подхода, на основании заключения психолого-медико-

педагогической консультации с соглашения их родителей (лиц, их заменяющих), а также с согласия несовершеннолетнего, достигшего возраста 14 лет.

Специальные учебно-воспитательные организации закрытого типа для несовершеннолетних с девиантным поведением, имеющих зависимость от наркотических, токсических и психотропных средств, создаются правительством Свердловской области.

Специальные учебно-воспитательные организации закрытого типа для несовершеннолетних с девиантным поведением, имеющих зависимость от наркотических, токсических и психотропных средств, могут быть только государственными. Основание для помещения, срок, порядок и условия нахождения несовершеннолетних в специальных учебно-воспитательных организациях закрытого типа определяется федеральным законодательством о специальных учебно-воспитательных учреждениях закрытого типа [113].

Помимо внутренних документов Россия ратифицировала 17 декабря 1990 г. Конвенцию ООН о борьбе против незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ от 20 декабря 1988 г. С этого времени все принимаемые законы в сфере оборота наркотических средств и психотропных веществ должны соответствовать мировым стандартам.

Целью Конвенции «является содействие сотрудничеству между Сторонами, с тем, чтобы они могли более эффективно решать различные проблемы незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ, имеющего международный характер. При осуществлении своих обязательств по Конвенции Стороны принимают необходимые меры, включая меры законодательного и организационного характера, в соответствии с основополагающими положениями своих внутренних законодательных систем.

Стороны осуществляют свои обязательства по настоящей Конвенции в соответствии с принципами суверенного равенства и территориальной целостности государств и принципом невмешательства во внутренние дела других государств.

Сторона не осуществляет на территории другой Стороны юрисдикции и функции, которые входят исключительно в компетенцию органов этой другой Стороны в соответствии с ее национальным законодательством» [116, с. 124].

Психотехнические упражнения

Определение акцентуации характера (или психотипа подростка), а также знание его особенностей позволяют более оптимально взаимодействовать с ним, помогать становлению и развитию его личности, не нарушая при этом естественного природного начала. На основе знаний особенностей характера учащегося необходимо укреплять положительные черты и по возможности контролировать, нейтрализовывать отрицательные, развивать и реализовывать все заложенные в нем особенности и таланты.

Предлагаемые психотехнические упражнения могут помочь подростку в значительной степени смягчить проявление отрицательных черт психотипа. Их можно порекомендовать подростку, предварительно объяснив смысл и назначение каждого упражнения. Целесообразно напечатать текст этих упражнений и передать учащемуся с тем, чтобы он всегда был у него под рукой.

Эпилептоидный психотип

Для смягчения проявления отрицательных черт психотипа предлагаются следующие педагогические рекомендации.

В перечень конфликтогенных ситуаций, провоцирующих проявление отрицательных черт данного психотипа, следует включить:

- ситуации, которые требуют от подростка ломки, изменения устоявшихся порядков и установленных правил, особенно если это ему приходится делать самостоятельно;
- ситуацию жестокой конкуренции со стороны таких же сильных и энергичных людей;
- ситуации, ограничивающие возможность для подростка проявить свой авторитет, свою власть над другими людьми, в том числе и над родителями;

- ситуации, когда критикуют действия подростка, тем более когда смеются над его недостатками;
- ситуации, когда от подростка требуется повседневная работа, длительные усилия и нет возможности выделиться среди окружающих;
- ситуации, в которых так или иначе ущемляются права и интересы самого подростка.

Основной целью педагогической помощи этому психотипу является устранение условий, провоцирующих слабые стороны характера. Но педагогическая помощь часто затруднена тем, что ребенок не воспринимает советы и просьбы. Поэтому важно установить контакт и взаимопонимание с этим учащимся. Обстоятельность и неторопливость, чуткость и тактичность – вот что требуется от взрослого. Такой стиль общения педагога и родителей позволяет сформировать у подростка социально приемлемую модель поведения.

Контакт с эпилептоидным подростком целесообразнее всего устанавливать вне периодов аффективного напряжения, побуждая его в начале беседы «выговориться» на одну из наиболее интересных для него тем, например о том, что он коллекционирует и чем его коллекция отличается от других.

Очень важно такому ребенку найти подходящее дело, которое отвлекает его от отрицательных эмоций, снимает напряжение. Этим подросткам можно и нужно поручать руководство небольшими группами, например, в ходе деловой игры или спортивных соревнований. Хорошо помогает доброжелательное авансирование его будущих успехов, поощрение его реальных достижений, которые помогают подростку самоутвердиться.

Психотехнические упражнения

«Исполнитель желаний»

Вы привыкли исполнять все свои желания, а теперь попробуйте выполнять желания близких, родных вам людей, своих знакомых,

одноклассников. Попробуйте жить в соответствии с теми требованиями, которые предъявляют они, а не вы.

Для начала выберите наиболее приятного для вас человека и постарайтесь выполнить все его желания без всяких условий с вашей стороны. Если не получилось, через один два дня сделайте еще одну попытку осуществить желание другого близкого вам человека. Если это получилось, постепенно увеличивайте круг людей, желания которых вы будете выполнять.

«Ведомый»

В ходе деловой беседы или простого разговора постарайтесь периодически передавать инициативу вашему собеседнику, например, спрашивая его: «А как вы считаете? Что вы думаете по этому поводу?». Еще лучше если вы будете говорить о том, что интересно и что волнует вашего собеседника.

Не делайте никаких замечаний по поводу манеры общения вашего собеседника, напротив, похвалите его. Но делать это нужно без иронии, доброжелательно.

«Созерцатель»

Научитесь относиться ко всему, что с вами происходит, как убежденный седидами восточный мудрец, созерцательно, т. е. прежде чем реагировать на слова и поступки близких, одноклассников, просто окружающих вас людей, спросите себя: «А как бы поступил на моем месте мудрый человек? Что бы он сказал и сделал?».

Принимайте решение и действуйте лишь после нескольких минут такого спокойного созерцательного размышления.

Гипертимный психотип

В перечень конфликтных ситуаций следует включить:

- ситуации вынужденного одиночества, лишаящие подростка свободного и разнообразного общения;

- ситуации, ограничивающие двигательную активность;
- ситуации, в которых нужно подчиняться определенным систематическим требованиям;
- ситуации, в которых приходится отказывать себе в чем-то новом, необычном.

Основной целью педагогической помощи этому психотипу является создание таких условий, в которых проявляется инициатива и энергия, предприимчивость и лидерство, возможно свободное и интересное общение. Это может быть трудная, но интересная и разнообразная деятельность, спорт, общение с различными людьми и т. д.

Подросткам гипертимного психотипа не следует поручать кропотливую, однообразную работу, требующую усидчивости и ограничивающую его связи с людьми.

Установление контакта с этими детьми не является проблемой в силу их открытости и готовности идти навстречу. Они обычно охотно отзываются на доброжелательное отношение к ним и искренний интерес к их делам и проблемам.

Так как гипертимы неусидчивы и энергичны, беседу лучше вести в живом и быстром темпе, долго не задерживаясь на одной теме, чаще передавая инициативу самому подростку (но не забывайте о дистанции, которую гипертим легко может нарушить, перейти к фамильярному стилю общения).

Противопоказан мелочный контроль, который может вызвать бунт, вплоть до ухода из дома или из школы. Но не допустим и недостаток контроля, безнадзорность, а главное, отсутствие живого интереса к его делам и увлечениям. Гипертимы очень тонко чувствуют, что старшим (педагогам и родителям) не до него, что они выполняют свои обязанности лишь формально. Такое отношение провоцирует их асоциальное поведение.

«Полный порядок»

Возьмите себе за правило – периодически приводить в порядок свои вещи, книги, учебники, записи. Для начала наведите элементарный порядок у себя на столе. Определите каждому предмету конкретное место и в дальнейшем постарайтесь класть его именно туда.

«Навести порядок в своих мыслях» вы можете с помощью дневника или еженедельника, в котором следует записывать основные дела на предстоящий день и вечером проверять, все ли вы выполнили из того, что было задумано. Стремитесь осуществить все намеченное.

«Конец – делу венец»

Давайте учиться делать одно пусть маленькое дело, но до конца. Установите очередность и приступайте к выполнению. Помните, делу – время, потехе – час. До тех пор пока вы работу не закончите, никаких увеселений, гостей, вкусных блюд, приятных занятий.

Пусть это будет только раз в неделю, но обязательно одно дело доводим до конца.

«Планирование»

На листе бумаги запишите все свои планы на предстоящий день. Теперь подумайте и зачеркните то, что вряд ли сможете выполнить. Еще раз просмотрите оставшиеся пункты. Если не возникло желание вычеркнуть, то оставьте без изменений.

А теперь основное – все оставшееся нужно выполнить! Приучайте себя осуществлять намеченное. Лучше меньше намечать, но все выполнять.

Рекомендуем составить такой же план на предстоящую неделю, месяц, год. И так же поработать с ним.

Истероидный психотип

В перечень конфликтных ситуаций следует включить:

- ситуации, вольно или невольно задевающие самолюбие истероида;
- ситуации некоторого равнодушия со стороны окружающих людей, а тем более сознательного игнорирования его личности;
- ситуации критики его достижений, таланта или способностей;
- ситуации, когда он вынужден оставаться в одиночестве или ограничить круг своего общения, поклонников;
- ситуации, когда невозможно проявить себя в полной мере;
- ситуации, когда он попадает в нелепое или смешное положение;
- ситуации, когда нет ни одного яркого события и, главное, возможности проявить свои способности;
- ситуации, в которых приходится находиться в постоянном психическом или физическом напряжении.

Основная цель педагогической помощи этому психотипу – постепенно преодолевать стремление быть в центре внимания окружающих.

Необходимо выработать у подростка представление о «демонстративности» своего поведения как доминирующей черте характера, а также умение распознавать ее у окружающих. С этой целью необходимо, используя недирективное взаимодействие, постепенно учить подростка осмысливать свои мотивы, искать пути более рационального удовлетворения своих желаний. Этому способствуют чтение литературы и просмотр фильмов, в которых изображены персонажи с ярко выраженным истероидным поведением. Преодоление эгоцентризма является наиболее трудной задачей. В ходе бесед педагог и родители должны пробуждать интерес подростка к своим товарищам, родным и близким, другим окружающим людям. Нужно поощрять его рассказы о других, их успехах и достижениях. Учитывая повышенное самолюбие и эгоцентризм таких подростков, необходимо дать выход их эгоцентрическим устремлениям в социально полезной деятельности с учетом их действительных способностей (участие в проведении дискотек и т.д.).

Психотехнические упражнения

«Флегматик»

Вам нетрудно перевоплотиться в человека другого темперамента, например, флегматика. Возьмите себе за правило некоторое время быть флегматиком. Говорите ровным и тихим голосом, медленно и спокойно, обдумывая свои слова. Также сдержанно ведите себя с людьми.

Начните с 10 минут в течение дня и доведите это время до 2 – 3 часов. Обязательно проанализируйте свои ощущения и чувства, которые вы испытывали, общаясь с людьми в этой роли.

«Репортер»

Еще одна популярная роль – репортер (специализацию выберите самостоятельно). А теперь спокойным, ровным голосом передавайте информацию в редакцию. Можно это делать и в письменной форме.

Играйте роль репортера 2 – 3 раза в день, особенно тогда, когда вам захочется рассказать о своем очередном выдающемся достижении.

«Тимуровец»

Если вы забыли, напоминаем, что тимуровцы – это ребята, которые делают добрые дела и никому не говорят об этом. Итак, несколько раз в день вы будете играть эту роль.

Сделайте кому-нибудь доброе дело, но так, чтобы человек не узнал, что это сделали именно вы. И постарайтесь (хотя это будет трудно для вас) не говорить ему об этом. Понаблюдайте за его реакцией, вместе с ним удивитесь и обрадуйтесь, но ни за что не говорите, кто это сделал.

«Золушка»

Как бы вам ни было трудно, во время веселой вечеринки или дружеской компании целый час (лучше 2, еще лучше – 3) постарайтесь сидеть в стороне,

молча, наблюдая за всем происходящим. При этом вас, конечно, будут просить принять самое активное участие в общем веселье, но сошлитесь на потерю «золотой туфельки» и останьтесь в стороне.

При этом постарайтесь понаблюдать за присутствующими. Как они себя ведут? Что делают? Как говорят? Не узнаете ли вы себя в некоторых из них? Если да, то, может быть, что-то захочется изменить и в себе?

Шизоидный психотип

В перечень конфликтных ситуаций следует включить:

- ситуации, при которых необходимо устанавливать неформальные контакты с окружающими и даже с близкими людьми;
- ситуации, когда необходим душевный контакт, разговор по душам;
- ситуации, в которых приходится руководить другими людьми;
- ситуации коллективной или групповой деятельности;
- ситуации, в которых необходимо выполнять интеллектуальную работу по заранее заданным схемам и правилам.

Установление контакта с подростком этого психотипа с целью оказания педагогической помощи представляет значительную трудность. Многие из них совершенно не выносят попыток «залезть в душу». Поэтому при налаживании контакта следует избегать излишней настойчивости, напористости. Это может еще сильнее расстроить подростка, и тогда он замкнется, уйдет в свой внутренний мир еще больше.

В начале беседы целесообразно использовать прием «анонимного обсуждения», когда выбирается факт из жизни класса, школы, города или страны, которой обсуждается с ребенком, чтобы выяснить и уточнить основные жизненные позиции педагога и подростка.

Основным признаком установления контакта, преодоления психологического барьера, перехода к неформальному, личностному общению служит момент, когда шизоид начинает говорить сам, по своей инициативе, высказывая определенные суждения, подчеркивая свою точку зрения на ту или

иную проблему. Останавливать его в этот момент не следует, так как чем больше он говорит, тем больше раскрывает свой внутренний мир, тем легче направить дальнейшую часть разговора в нужное русло.

При организации учебного процесса необходимо учитывать интерес к какой-либо науке и обширные знания подростка в определенной области, создавать ребенку условия для реализации знаний.

Эффективными являются индивидуальные задания с учетом сферы интереса ребенка, причем эти задания могут быть высокой степени трудности.

Для развития коммуникативных способностей шизоидов необходимо включать в различные групповые и коллективные формы деятельности.

Психотехнические упражнения

«Оратор»

Во время бесед и разговоров со своими друзьями сознательно стремитесь быть Оратором (именно с большой буквы). Для этого вам нужно говорить громко, четко, используя различные ораторские приемы, чтобы привлечь внимание собеседника. Не забудьте, что ваша речь должна быть понятна собеседнику (время от времени спрашивайте у него: «Ты понимаешь, о чем я говорю?»).

«Массовик-затейник»

В дружеской компании или на вечеринке не сидите в стороне, в очередной раз, обдумывая свои мысли, а попробуйте сыграть роль массовика-затейника. Предложите всем участникам вечеринки какую-нибудь игру или другое интересное занятие. Важно не просто предложить интересную игру, но и организовать ее проведение, привлечь как можно больше людей.

«Сопереживание»

Во время разговора попытайтесь почувствовать состояние собеседника, представить, что он ощущает, общаясь с вами.

Можно об этом прямо спросить его: «Тебе интересно? Ты не устал? Может ты хочешь отдохнуть?»

Неустойчивый психотип

В перечень конфликтогенных ситуаций следует включить:

- ситуации жесткого подчинения дисциплинарным требованиям, особенно если это требуется делать длительное время;
- ситуации ограничения в общении с людьми, которые помогают развлекаться;
- ситуации длительных усилий и концентрации сил на какой-то работе;
- ситуации, при которых необходимо принимать конкретные решения и нести за них ответственность.

Оказание педагогической помощи этому психотипу требует от учителя и родителей большого терпения, такта, систематичности и настойчивости. Таких подростков нельзя оставлять без постоянного внимания, они должны быть всегда на виду.

На них положительно действует хорошо организованный физический труд, так как он их дисциплинирует и в какой-то степени эмоционально разряжает.

При организации воспитания целесообразно согласовывать усилия педагогов и родителей. Только при постоянных и слаженных усилиях может быть получен положительный результат. Если же между ними существуют серьезные разногласия, то это может обострить эмоциональный кризис подростка.

Психотехнические упражнения

«Делу – время»

Вам очень нравится развлекаться, отдыхать, смотреть телевизор и т.п. Все это очень хорошо, но попробуйте жить, используя принцип: «Делу – время, потехе – час». Для этого следуйте правилу: очередное развлечение только после

того, как вы выполняете какое-то конкретное дело.

Итак, сначала дело, а только потом отдых. Причем чем больше дел, тем больше развлечений и времени для отдыха.

«Постоянное хобби»

Составьте перечень всех последних увлечений, например, за один – два месяца. Проанализируйте их по 5-балльной шкале, определите сегодняшний интерес к каждому увлечению.

Вероятно, они все для вас интересны в одинаковой мере или какой-то уже не вызывает прежнего энтузиазма. Вам предстоит из всего перечня выбрать только одно увлечение, которое должно стать вашим постоянным хобби, например, на ближайшие три месяца (лучше полгода).

Для вас это трудное решение, но его необходимо принять и в дальнейшем постараться выполнять. Распиряйте границы вашего увлечения, находите новых увлеченных этим делом людей, больше читайте, выпишите подходящие газеты или журналы, запишитесь, если есть такая возможность в кружок или секцию и т.п.

Через полгода повторите анализ, составьте перечень своих увлечений и выберите одно – свое хобби.

Лабильный психотип

В перечень конфликтогенных ситуаций следует включить ситуации:

- сильной конкуренции;
- ущемления чувства собственного достоинства;
- полной дисгармонии его настроению (всем весело, а он в это время страдает);
- отсутствия успеха, признания, внимания;
- угрозы наказания, страха перед чем-либо или кем-либо;
- критики самого подростка, его поведения.

Основной целью педагогической помощи этому психотипу является установление тесного, доверительного контакта, полного взаимопонимания.

Это возможно, если подросток видит доброжелательное отношение к себе, находит сочувствие.

Желательным является тесный эмоциональный контакт с полным раскрытием его переживаний. Обычно у этого психотипа вслед за эмоциональным реагированием наступает душевное расслабление, в таком состоянии он становится доступным для продуктивного контакта.

Особое внимание необходимо уделять его взаимоотношениям в классе и семье. При этом следует учитывать, что для него важны постоянные эмоциональная поддержка, сопереживание окружающих.

Лабильный подросток легко выходит из подавленного состояния при ободрении, утешении и появлении приятной перспективы (пусть не всегда реальной).

Психотехнические упражнения

«Аналитик»

Развивайте в себе привычку анализировать все внезапные перемены в настроении: что произошло, что изменило мое настроение? Чаше задавайте себе подобные вопросы.

А когда наберется два, три десятка ответов, рассмотрите, какие из причин встречаются чаще.

Теперь остается самое главное – исключить причины, по которым ваше настроение так резко и неожиданно, даже для вас, изменяется. Постарайтесь не попадать в те ситуации, которые приводят к резкой смене вашего настроения в худшую сторону.

«Единственная роль»

Попробуйте войти в образ, например, флегматичного, спокойного человека, который все видел, все знает, и прожить в этом образе несколько часов подряд. Как бы вам трудно ни было, какие бы поводы и причины не возникали, вам нельзя выходить из образа.

Реагируйте на происходящее так, как бы реагировал ваш герой – флегматик. Сначала спокойно обдумайте, что собственно произошло, соберите дополнительную информацию для принятия необходимого решения, отложите его еще на некоторое время (вдруг еще что-нибудь произойдет), а только потом действуйте.

«Раздражение отклоняется»

Как бы вам ни хотелось разрядить свое плохое настроение на ком-то из близких или знакомых, не делайте этого сразу. Найдите другой способ: сделайте мини-зарядку, послушайте любимую запись, пройдите по парку и т.п.

Нужно сформировать в себе привычку – не проявлять свое раздражение сразу после его появления. Постарайтесь переключиться на что-нибудь приятное.

Попробуйте для начала прожить целый день, не раздражаясь на слова и поступки окружающих вас людей. Если получилось, то увеличивайте это упражнение до 2 дней подряд. Потом сделайте маленький перерыв и еще раз повторите. Два дня без раздражения! И снова увеличивайте длительность «периодов без раздражения», например, до 3 дней подряд.

Циклоидный психотип

В перечень конфликтогенных ситуаций следует включить:

- ситуации неожиданных поручений и просьб, противоречащих настроению данного момента;
- ситуации резкой смены привычных состояний;
- ситуации, в которых приходится отступать от сложившихся стереотипов, привычек;
- ситуации претензий, притеснений и неудач;
- ситуации психологических перегрузок, особенно в стадии спада.

Основной целью педагогической помощи этому типу является предупреждение повышенных нагрузок, особенно в стадии спада. Для этого

следует продумать несколько вариантов заданий, поручений и использовать тот вариант, который наиболее соответствует состоянию подростка в данный момент. Хорошо помогают поручения и задания, отвлекающие от отрицательных эмоций и состояний, например, не очень тяжелая физическая работа в хорошей компании сверстников.

При установлении контакта с таким подростком важно правильно понять, что он сейчас чувствует, как относится к себе и окружающим в данный момент. Только после этого можно начинать содержательную часть беседы. Если подросток находится в фазе спада, то целесообразнее просто оказать ему теплую психологическую поддержку, помочь справиться с упадком сил; не стоит в это время пытаться повлиять на него.

Если же он находится в стадии подъема, то можно и нужно поговорить с ним о том, что ему следует делать, чтобы понимать свои особенности и больше контролировать себя.

Психотехнические упражнения

В период спада рекомендуются следующие упражнения.

«Победитель»

Попробуйте воспринимать окружающий мир с позиции победителя, которому все удастся в жизни, который никогда не проигрывает, всем доволен, настроен на активное действие.

В этой роли нужно «жить» сначала несколько минут, затем час и более. Доведите это время до 2 – 3 часов в день. При этом попытайтесь осознать реальные преимущества, которые имеет человек, ощущающий себя победителем.

«Шут»

Сознательно играйте роль шута в любой компании, где вам приходится быть. Рассказывайте веселые истории (вам их придется заучить или

придумать), разучивайте смешные песенки с друзьями, «травите» анекдоты (хотя это вам дается с трудом).

При этом вам нужно постараться чувствовать себя комфортно, хотя это сначала будет трудно. Но каждый удобный случай вам нужно использовать для того, чтобы снова и снова сыграть роль шута. Эта роль поможет вам увидеть мир не таким мрачным, а людей не такими уж плохими.

«Похвала, или я очень хороший»

При планировании любой предстоящей работы старайтесь разбить ее на мелкие этапы. После того как вы выполните очередной этап, хвалите себя за каждую мелочь. И так каждый раз: закончен этап – «я хороший, я очень хороший».

В период подъема сил рекомендуется выполнять упражнения для гипертимных подростков: «Полный порядок» и «Конец – делу венец».

Ролевая игра «Судебный процесс над наркоманом»

В последнее время особое значение приобретают игры для профессиональной и учебной деятельности. Вершиной эволюции игровой деятельности в онтогенезе является сюжетная или ролевая игра, по терминологии Л.С. Выготского – «мнимая ситуация».

Процесс ролевой игры побуждает к ориентировке в общем смысле человеческой деятельности, так как любое предметное действие, заключенное в человеческие отношения, так или иначе направлено на других людей и оценивается ими как значимое или незначимое.

«Чтобы познать себя, надо иметь возможность себя вообразить» (Д.Родари).

Основными целями игры являются:

- углубление теоретических знаний в вопросах, касающихся проблемы наркомании и токсикомании, а также их последствий;

- выявление в процессе игры причин, провоцирующих развитие наркомании и токсикомании в обществе;
- нахождение наиболее оптимальных решений в предлагаемой ситуации;
- приобретение опыта ведения совместных действий в коллективе участников игры.

Главная задача игры – стимулирование познавательного процесса, в котором учащиеся выступают активными преобразователями действительности, а также предотвращение возможного злоупотребления подростками наркотическими и психоактивными веществами.

Предлагаемая игра имитирует деятельность судебного заседания и не претендует на полное соответствие игрового судебного процесса реальному, но с целью создания ситуации, моделирующей реальность, возможно использование костюмов, соответствующих исполняемым ролям. Игра рассчитана на учащихся старших классов общеобразовательной школы и студентов 1-го курса вузов.

Инструкция для преподавателя

Преподаватель перед проведением игры осуществляет подготовительную работу: читает цикл лекций или проводит беседы по проблемам наркотических средств и психоактивных веществ, информирует слушателей о целях ролевой игры. Он руководит формированием игровых групп и распределением ролей между играющими. Преподаватель присутствует на всех совещаниях и встречах, проводимых участниками, при этом он не вмешивается в их работу. Его задача состоит в том, чтобы определить линию поведения каждой группы, выявить, как происходит согласование интересов, как принимаются решения в группе, степень участия в их разработке играющих. Кроме того, он учитывает способность игроков идти на компромисс при согласовании спорных вопросов, умение отстаивать интересы группы, способность обоснованно излагать и аргументировать свою позицию.

Основные рекомендации по подготовке и проведению ролевой игры

В ходе подготовки к проведению игры ее участники делятся на несколько групп, где происходит присвоение им определенных ролей.

Рекомендуемые роли:

- судья;
- присяжные заседатели;
- подсудимый («наркоман», совершивший правонарушение);
- свидетели защиты;
- свидетели обвинения;
- прокурор;
- адвокат;
- секретарь зала суда;
- зрители.

Для выступления в суде каждому из играющих предоставляется от 5 до 15 минут, в зависимости от присвоенной ему роли.

Инструкции для участников игры

1. Инструкция для судьи

Судья руководит заседанием суда, следит за ходом судебного разбирательства, является единственным арбитром всех правовых споров, возникших в течение судебного заседания. Выслушивает выступления обвинителя, защитника, свидетелей и подсудимого. Готовит заключительную речь, используя заключительные речи прокурора и адвоката, дает напутствие суду присяжных, напомнив им о презумпции невиновности. В случае вынесения присяжными заседателями вердикта «невиновен» закрывает судебное заседание. В случае вынесения присяжными заседателями вердикта «виновен», руководствуясь УК РФ, выносит приговор, готовит письменное

обоснование принятого решения. Роль судьи, как руководителя заседания суда, очень ответственна и должна быть предложена наиболее подготовленным учащимся.

2. Инструкция для подсудимого

Подсудимый готовит правдоподобную историю с указанием основных причин, толкнувших его на злоупотребление наркотическими веществами и совершение правонарушения вследствие этого. (Выбор совершенного правонарушения можно производить, руководствуясь гл. 25, ст. 228 – 233 УК РФ, принятого Государственной Думой 24 мая 1996 г., одобренного Советом Федерации 5 июня 1996 г., введенного в действие с 1 января 1997 г.).

Возможные причины злоупотребления:

- а) любопытство;
- б) скука;
- в) за компанию;
- г) психологическая или физическая травма;
- д) неблагополучная семья;
- е) не сложившиеся отношения с родителями, товарищами и т.д.

Самостоятельно предложенные учащимися причины, побудившие подсудимого к совершению преступления, должны быть отмечены педагогом и по возможности одобрены.

Подсудимый также должен быть готов ответить на любые вопросы прокурора и адвоката, которые готовятся заранее.

3. Инструкция для свидетелей защиты

Возможными свидетелями защиты являются друзья подсудимого, родители, одноклассники, тренер секции и т.д. Свидетели защиты подробно знакомятся с историей жизни подсудимого «наркомана», а также принимают активное участие в ее составлении. Обсуждают возможные причины, толкнувшие подсудимого на злоупотребление наркотическими веществами, предлагают свои версии. В задачу свидетелей защиты входит выявление

смягчающих обстоятельств, касающихся подсудимого. Помимо этого свидетели защиты должны быть готовы ответить на вопросы обвинителя и защитника, которые готовятся заранее.

4. Инструкция для свидетелей обвинения

Возможными свидетелями обвинения могут быть учителя, директор школы, соседи, участковый милиционер, инспектор детской комнаты милиции (инспектор по делам несовершеннолетних) и т.д. Так же как и свидетели защиты, свидетели обвинения подробно знакомятся с историей жизни «наркомана». Принимают участие в составлении истории, приведшей его на скамью подсудимых, выдвигают свои версии.

В задачу свидетелей обвинения входит выявление негативных проявлений поведения подсудимого, отражающихся на жизни окружающих. Свидетели обвинения должны быть готовы ответить на вопросы, поставленные перед ними обвинителем или защитником, которые готовятся заранее.

5. Инструкция для прокурора (обвинителя)

Прокурор подробно рассматривает историю жизни подсудимого и материалы, касающиеся совершенного преступления (УК РФ). Готовит вопросы, изобличающие преступные действия «наркомана», а также вопросы для подсудимого, свидетелей защиты и обвинения.

Также прокурор готовит заключительную обвинительную речь с просьбой о вынесении приговора.

6. Инструкция для адвоката (защитника)

Адвокат подробно знакомится с историей жизни подсудимого и материалами, касающимися совершенного преступления (УК РФ). Готовит вопросы, позволяющие смягчить действия подсудимого для самого подсудимого, свидетелей защиты и обвинения. Кроме того, адвокат составляет заключительную речь с обоснованной просьбой о смягчении приговора или о признании подсудимого невиновным.

7. Инструкция для секретаря суда

Предварительно знакомится с ходом судебного заседания, открывает судебное заседание, вызывает свидетелей, ведет протокол заседания.

8. Инструкция для присяжных заседателей

Внимательно выслушивают выступления участников судебного разбирательства, на основании которых выносят аргументированное решение (вердикт) в письменной форме: «виновен» или «невиновен».

9. Инструкция для зрителей

Для вовлечения в игру большего количества участников можно ввести среди зрителей дополнительные роли: журналистов, представителей различных общественных организаций и т.д. После завершения судебного процесса зрители могут написать свои отзывы в виде небольших статей и заметок по поводу происшедшего. На основании данного материала, возможен выпуск стенгазеты, которая позволит учащимся оценить результаты своей деятельности.

Ход судебного заседания

Секретарь зала суда открывает судебное заседание словами: «Встать суд идет», описывает совершенное преступление и зачитывает обвинение.

Выступает обвинитель: высказывает свою версию дела, задает вопросы свидетелям обвинения (при этом все свидетели, как защиты, так и обвинения, находятся вне зала суда и приглашаются для дачи показаний секретарем суда).

После заданных обвинением вопросов слово имеет защита для перекрестного допроса.

Выступает защитник: высказывает свою версию дела, задает вопросы свидетелям защиты (первым свидетелем защиты является подсудимый). Затем в зал приглашаются другие свидетели. Идет опрос свидетелей.

После заданных защитой вопросов слово имеет обвинение для перекрестного допроса.

Произносятся заключительные речи защиты и обвинения.

Судья подводит итог и дает напутствие присяжным.

Присяжные удаляются на совещание для вынесения вердикта, затем возвращаются и оглашают его.

Если присяжные выносят вердикт «невиновен», судья распускает судебное заседание.

Если присяжные выносят вердикт «виновен», судья выносит приговор в соответствии со статьями УК РФ.

Заключение

Социальный кризис, пришедший в нашу жизнь вслед за экономическим, делает задачу радикального искоренения наркомании в современных условиях малореализуемой. Однако, учитывая уже начавшееся поступательное развитие экономики, преодоление инфляции, можно сделать вывод, что в наших силах удержать эту проблему в рамках, чтобы она не угрожала генофонду нации.

Проблема наркомании – динамичное явление. Ее существование подчиняется двум основным законам. Согласно первому из них, чем более терпимо общество относится к потребителям наркотиков, тем чаще психически нормальные люди вовлекаются в одурманивание. По второму закону, у человека, живущего среди наркоманов, больше шансов стать потребителем наркотиков, чем у человека, живущего в трезвом обществе. Сегодня мы имеем и вынужденную терпимость к потребителям наркотиков, и сосуществование с ними в одном обществе.

Наша сегодняшняя надежда на приостановление дальнейшей эскалации проблемы наркомании и токсикомании возлагается на предупреждающие меры. На наш взгляд, наиболее эффективными профилактическими технологиями являются лично ориентированные технологии, прежде всего для лиц с выявленной гиперчувствительностью, чьи личностные особенности предрасполагают к поиску путей избавления от проблем через употребление наркотиков. Предложенные вниманию читателей методики облегчат проведение превентивной работы. Используя силы только здравоохранения, массовую профилактику, никаких болезней не предотвратит. Необходимы слаженные, скоординированные усилия всех систем социальной инфраструктуры общества на основе системного подхода к проведению соответствующих комплексных исследований, объединения по целевому принципу всех средств здравоохранения и образования: от консультирования до новых психолого-педагогических методик.

Библиографический список

1. *Аванесов В. С.* Теоретические основы разработки заданий в тестовой форме. М.: Наука, 1995. 95 с.
2. *Аванесов В. С.* Тесты в социологическом исследовании. М.: Наука, 1982. 199 с.
3. *Адылов Д. У.* Наркомания и пути ее профилактики. Фрунзе: Кыргызтан, 1989. 160 с.
4. *Алексеев А.А.* Личностно ориентированное обучение: вопросы теории и практики. Тюмень: Изд-во Тюм. гос. ун-та, 1997. 245 с.
5. *Амонашвили Ш.А.* Личностно-гуманная основа педагогического процесса. Минск: Университетское, 1990. 559 с.
6. *Амонашвили Ш.А., Алексеев А.Г.* Педагогика здоровья. М.: Педагогика, 1996. 196 с.
7. *Бабаян Э.А., Гонопольский М.Х.* Наркология. М.: Медицина, 1990. 335 с.
8. *Беличева С.А.* Основы превентивной психологии. М.: Пресса, 1997. 253 с.
9. *Белкин А.С.* Основы возрастной педагогики: В 2 ч. Екатеринбург: Изд-во Свердл. гос. пед. ин-та, 1992. Ч.2. 86 с.
10. *Белкин А.С.* Теория и практика витагенного обучения. Голотографический подход // Образование и наука. Изв. Урал. науч.-образоват. центра Рос. акад. образования, 2000. №3. С. 34 – 44.
11. *Белухин Д.Л.* Основы личностно ориентированной педагогики: В 2 ч. М.: Педагогика, 1997. Ч.2. 304 с.
12. *Берлянд И. Е.* Игра как феномен сознания. Кемерово: Алеф, 1992. 93 с.
13. *Битенский В.С. и др.* Наркомания у подростков. Киев: Здоровье, 1989. 216 с.
14. *Битинас Б.П.* Педагогическая диагностика: сущность, функции, перспективы // Педагогика. 1993. №2. С. 10 – 15.

- 15.Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М.: Изд-во Ин-та практ. психологии, 1995. 332 с.
- 16.Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Педагогика, 1968. 116 с.
- 17.Братусь Б.С. Аномалии личности. М.: Мысль, 1988. 304 с.
- 18.Братусь Б.С. Психология, клиника и профилактика раннего алкоголизма. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 145 с.
- 19.Вдовиченко А. А и др. Об оценке склонности к делинквентности при разных типах психопатии и акцентуации характера// Патохарактерологические исследования у подростков. Л.: Медицина, 1981. С. 37–39.
- 20.Ведищев М.М., Рыбаков Л.Н. Ранняя профилактика наркомании: проблемы и подходы к их решению // Педагогика. 1997. №1. С. 38–43.
- 21.Ведомости законодательного собрания Свердловской области. Екатеринбург, 1997. № 28. 154 с.
- 22.Винарская Е.Н. Ценностные аспекты поведения // Новости искусств. интеллекта. 1992. №2. С. 36–56.
- 23.Воспитание трудного ребенка. Дети с девиантным поведением: Учеб.-метод. пособие / Под ред. М.Н. Рожкова. М.: Владос, 2001. 24 с.
- 24.Выборнов В. И. Деловые игры в учебном процессе. М.: Высш. шк., 1985. 89 с.
- 25.Выготский Л. С. Детская психология // Собр. соч.: В 4 т. М.: Педагогика, 1982. Т.4. 432 с.
- 26.Выготский Л.С. Основные течения современной психологии. М.: Госиздат, 1930. 264 с.
- 27.Выготский Л.С. Проблемы развития психики // Собр. соч.: В 4 т. М.: Педагогика, 1983. Т.3. 216 с.
- 28.Галагузова М. А. Социальная педагогика. М.: Владос, 2000. 413 с.
- 29.Гальперин П.Я., Талызина Н.Ф. Управление познавательной деятельностью учащихся. М.: Педагогика, 1972. 210 с.
- 30.Ганнушкин П.Б. Избранные труды. М.: Медицина, 1964. 292 с.

31. *Гершунский Б.С.* Философско-методологические основы педагогики профессионального образования // Профессиональная педагогика. М.: Ассоц. «Проф. образование», 1997. С.30–45.

32. *Гобова Е. С., Хусаинова О.Н.* Что такое игровая педагогика? // Мир образования. 1997. №5. С. 34–35.

33. *Грабарь М.И., Краснянская К.Л.* Применение математической статистики в педагогических исследованиях: непараметрические методы. М.: Педагогика, 1977. 136 с.

34. *Гришко А.Я.* О наркомании среди подростков // Социол. исслед. 1990. №2. С.100–102.

35. *Гросс К.* Мысли и творчество. М.: Прогресс, 1975. 256 с.

36. *Гульдман В. В., Корсун А. М.* Поиск впечатлений как фактор приобщения молодежи к наркотикам // Вопр. наркологии. 1990. №2. С.40 – 44.

37. *Гуров В. Н.* Опыт организации социально-педагогической работы // Педагогика. 1993. №4. С.54–58.

38. *Давыдов В. В.* Проблемы развивающего обучения. М.: Знание, 1986. 103 с.

39. *Давыдов В. В.* Психология обучения. М.: Педагогика, 1995. 195 с.

40. *Дементьева И. Ф.* Подростки и наркотики. М: РУНИГ, 1997. 28 с.

41. *Демин Н. В.* Игра как специфический вид человеческой деятельности // Науч. докл. высш. шк. Филос. науки. 1983. №2. С. 54 – 81.

42. *Долгова Г. П., Клейберг Ю. А.* Молодежная субкультура и наркотики: Учеб. пособие. Тверь: Эврика-М, 1997. 64 с.

43. *Доценко Е.А.* Как защититься от психологического нападения // Экономика и организация пром. пр-ва. 1996. № 6. С.168–190.

44. *Дубровина И.В.* Руководство практического психолога. М.: Академия, 2000. 128 с.

45. *Егидес А. Т., Сугрובה Н. Ш.* Как научиться разбираться в людях. Алма-Ата: Казахстан, 1991. 72 с.

46. *Елин А. Е.* Молодёжь и наркотики несовместимы/ М-во образования Свердлов. обл. Екатеринбург, 1998. 38 с.

47. Жуковская Р.И. Игра и ее педагогическое значение. М.: Просвещение, 1975. 110 с.

48. Журавлева Л.А. Факторы и условия наркотизации молодежи // Социол. исслед. 2000. №6. С.43 – 48.

49. Загвязинский В.И. Методология и методика дидактического исследования. М.: Педагогика, 1982. 157 с.

50. Занков Л.В. Обучение и развитие. М.: Педагогика, 1975. 206 с.

51. Захаров А. И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. СПб.: Союз, 1997. 114 с.

52. Зеер Э. Ф. Личностно ориентированное профессиональное образование: Учеб. пособие. Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. проф.- пед. ун-та, 1998. 51 с.

53. Зеер Э. Ф. Становление личностно ориентированного образования // Образование и наука. Изв. Урал. науч.- образоват. центра Рос. акад. образования. 1999. №1. С.112–122.

54. Зеер Э.Ф. Психология личностно ориентированного профессионального образования. Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. проф.- пед. ун-та, 2000. 257 с.

55. Зейгарник Б. В. Очерки по психологии аномального развития. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980. 157 с.

56. Иванов В. И. Девиантное поведение: причины и масштабы // Соц.-полит. журн. 1995. №2. С.47–57.

57. Иванов Е.С. О некоторых закономерностях патологического формирования личности детей и подростков // Тезисы Всесоюзной конференции по организации неврологической и психиатрической помощи. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980. С.118.

58. Казаков А. Х. Наркогенная информация и профилактика наркомании среди учащихся // Педагогика. 1997. №7. С.34–39.

59. Кащенко В. П. Педагогическая коррекция исправления недостатков характера у детей и подростков. М.: Просвещение, 1996. 222 с.

60. Кларин М. В. Инновационные модели обучения в зарубежных педагогических поисках. М.: Арена, 1994. 223 с.

61.Ковач Д. Проблема психической регуляции поведения: методология, теория, эксперимент // Психол. журн. 1990. Т.4, №3. С. 47 – 57.

62.Колесов Д.В. Эволюция психики и природа наркотизма. М.: Педагогика, 1991. 326 с.

63.Конопкин О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности. М.: Наука, 1995. 256 с.

64.Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде: [Прил. №1 к приказу Минобразования России от 28. 02. 2000 г.] // Вестн. образования. 2000. №8. С.4–53.

65.Котляков В. Д. Профилактика наркозависимости в школе. Кемерово: Кузбасвуиздат, 1997. 153 с.

66.Краевский В. В. Методология педагогического исследования: Пособие для педагога-исследователя. Самара: Изд-во Самар. гос. пед. ин-та, 1994. 165 с.

67.Кречмер Э. Строение тела и характер. М.: Педагогика-Пресс, 1995. 607 с.

68.Крижанская Ю. С. Роль социальных установок разных уровней в организации поведения // Вестн. Ленингр. ун-та. 1984. №11. С.117–119.

69.Кулаков С. А. Психотерапия и профилактика аддиктивного поведения у подростков // Тематическое приложение №1 к «Журналу практического психолога». СПб.: Фолиум-М, 1996. С.23 – 24.

70.Кулешов В.У. Методика использования задач и деловых игр в преподавании политэкономии. М.: Высш. шк., 1991. 174 с.

71.Кумарина Г. Ф. Дети «группы риска» // Педагогика. 1991. №11. С.33–37.

72.Курек Н. С. Эмоциональное общение матери и дочери как фактор формирования аддиктивного поведения в подростковом возрасте // Вопр. психологии. 1997. №2. С.48 – 60.

73.Кыверялг А. А. Методы исследования в профессиональной педагогике. Таллин: Валгус, 1980. 334 с.

74.Ладанов Ч. Д. Отклоняющееся и криминальное поведение // Управление персоналом. 1998. №3. С.41– 45.

75. *Левада Ю. А.* Игровые структуры в системах социального действия // Систем. исслед. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 142 .

76. *Левитан К. М.* Педагогическая деонтология. Екатеринбург: Деловая кн., 1999. 269 с.

77. *Леонгард К.* Акцентуированные личности. Киев: Вьща шк., 1989. 252 с.

78. *Леонтьев А. Н.* Проблемы развития личности. М.: Мысль, 1981. 571 с.

79. *Лернер И.Я.* Дидактические основы методов обучения. М.: Педагогика, 1981. 270 с.

80. *Лисовская Г. М.* Гигиена и организация умственного труда студента: Разговор с первокурсником: Учеб. пособие / Свердлов. инж.-пед. ин-т. Свердловск, 1991. 152 с.

81. *Личко А. Е.* Психопатии и акцентуации характера у подростков. Л.: Медицина, 1993. 230 с.

82. *Личко А. Е.* Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков. М.: Апрель-Пресс: Эксмо-Пресс, 1999. 403 с.

83. *Личко А. Е., Битенский В. С.* Подростковая наркология. Л.: Медицина, 1990. 270 с.

84. *Личко А. Е., Вдовиченко А. А.* Делинквентное поведение при разных типах акцентуации характера у подростков // Судебно-психиатрическая экспертиза: Сб. науч. тр. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980. Вып. 34. С.14–19.

85. *Лобанова Л. Г.* Наркомания: ситуация, опыт, профилактика М.: ВЦХТ, 2000. 197 с.

86. *Лозовой В. В.* Профилактика наркомании: школа, семья. Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. ун-та, 2000. 166 с.

87. *Лозовой В. В.* Система комплексной первичной профилактики наркотических зависимостей среди детей и подростков // Сборник научных трудов муниципального центра медико-психологической и социальной помощи населения «Холис»/ Муницип. центр медико-психол. и соц. помощи населению «Холис». Екатеринбург, 1998. 32 с.

88. *Льюис К. С.* Христианское поведение // Иностр. лит. 1990. №5. С. 208.

89. *Макеева А. Г.* Педагогическая профилактика наркомании в школе. М.: Сентябрь, 1999. 141 с.
90. *Максимова Н. Ю.* О склонности подростков к аддиктивному поведению // Пед. журн. 1999. Т. 17, №3. С. 149–152.
91. *Маликова Н. Н.* Типология отношений студентов к наркомании // Социол. исслед. 2000. №7. С. 50–57
92. *Маркова А. К.* Психология профессионализма. М.: Знание, 1996. 306 с.
93. *Мартынчик А. Г.* Борьба с наркоманией: проблемы и перспективы. Кишенев: Штинница, 1990. 218 с.
94. *Маслоу А.* Мотивация и личность. М.: Смысл, 1999. 430 с.
95. *Меликсетян А. С.* Отклоняющееся поведение несовершеннолетних // Педагогика. 1990. № 4. С. 53–58.
96. *Минюрова С.А.* Психологические проблемы наркомании. Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. пед. ун-та, 1998. 82 с.
97. *Михайловская Ч. Б.* Трудные ступени: профилактика антиобщественного поведения. М.: Просвещение, 1990. 123 с.
98. *Моросанова В. И.* Акцентуации характера и стиль саморегуляции у студентов // Вопр. психологии. 1999. №6. С.37–41.
99. *Мудрик А. В.* Социальная педагогика. М.: Академия, 1999. 184 с.
100. *Найн А.Я.* Технология работы над кандидатской диссертацией / УралГАФК. Челябинск, 1996.144 с.
101. *Невский И.Г.* Профилактика отклонений в поведении несовершеннолетних // Педагогика. 1991. №8. С. 147–149.
102. *Овчарова Р. Ф.* Профилактика педагогической запущенности подростков // Педагогика. 1992. № 5–6. С. 22–26.
103. *Осипова О.С.* Девиантное поведение: благо или зло? // Социол. исслед. 1998. №9. С. 106–109.
104. *Орлова Т.В.* Тесты для всех. Киев: Давира, 1994. 193 с.
105. *Павленок П. Д.* Основы социальной работы. М.: Инфра-М, 1998. 367 с.
106. *Пейсахов Н. М.* Закономерности динамики психических явлений. Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1991. 235 с.

107. *Лидкасистый П. И.* Педагогика. М.: Рос. пед. агентство, 1996. 602 с.
108. *Платонов К. К.* Структура и развитие личности. М.: Наука, 1986. 254 с.
109. *Попов В. А.* Наркотизация в России – шаг до национальной катастрофы. // Социол. исслед. 1998. №8. С. 65–68.
110. *Розов А. С.* Методологические принципы ценностного прогнозирования образования. М.: Наука, 1992. 282 с.
111. *Сериков В.В.* Личностный подход в образовании: концепция и технология. Волгоград: Перемена, 1994. 192 с.
112. *Сериков Г.Н., Сериков С.Г.* Здоровьесбережение в гуманном образовании. Екатеринбург: УрГНОЦ; Челябинск: Изд-во Челяб.гос. пед.ун-та, 1999. 247 с.
113. Собрание законодательств Российской Федерации. М., 1998. № 2.219 с.
114. *Сухомлинский В.А.* Избранные педагогические сочинения: В 3 т. М.: Педагогика, 1979. 558 с.
115. *Татарникова Л.Г.* Педагогическая валеология, генезис. Тенденции развития. СПб.: Петрос, 1995. 348 с.
116. Уголовный кодекс Российской Федерации (по состоянию на 15 октября 2003 г). Новосибирск: Изд-во Сиб. ун-та, 2003. 223 с.
117. *Ушинский К.Д.* Педагогические сочинения. М.: Педагогика, 1988. 416 с.
118. *Ушинский К.Д.* Избранные педагогические произведения: В 2 т. М.: Педагогика, 1974. Т. 1. 440 с.
119. *Ухтомский А.А.* Доминанта // Собр. соч.: В 4 т. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1950. Т.2. 68 с.
120. *Шульга Т.И., Слот В., Спаниярд Х.* Методика работы с детьми группы риска / УрАО. Екатеринбург, 2001. 123 с.
121. *Щедровицкий Г.П.* Система педагогических исследований. Педагогика и логика. М.: Педагогика, 1993. 193 с.
122. *Эльконин Д.Б.* Введение в психологию развития. М.: Тривола, 1994. 168 с.
123. *Эйдемиллер Э.Г.* Исследования образа жизни у подростков с аддиктивным поведением // Психологические исследования и психотерапия наркомании: Сб. науч. тр. Л.: Наука, 1998. С. 74–79.

124. Якиманская И.С. Требования к учебным программам, ориентированным на личностное развитие школьника // Вопр. психологии. 1994. №6. С. 73 –77.

ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ ПО РАЗВИТИЮ МОТИВОВ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ У ПОДРОСТКОВ 12 – 15 ЛЕТ

Занятие 1

Тема: *Знакомство. Обучение релаксации. Создание предпосылок для более свободного выражения своих чувств*

Материалы: небольшие листки бумаги с булавками для именных табличек.

Ведущий: «Мы начнем с того, что каждый по кругу назовет свое имя и скажет несколько слов о себе. Перед этим предлагаю каждому из вас взять по табличке и написать на ней свое имя. Не обязательно это будет ваше настоящее имя, вы можете назвать себя по-другому. Если вы решили взять другое имя, то, представляясь, скажите и настоящее, а потом попытайтесь сказать, почему вы решили его сменить. Через одно-два занятия мы запомним, как зовут друг друга, и сможем обходиться без табличек.

Может быть, те имена, которые были взяты на сегодня, потом и не понадобятся, но если нужно, каждый сможет взять свою табличку и, например, что-то рассказать о себе под другим именем. Начинаем».

Упражнение 1. Учимся расслабляться

Ведущий рассказывает о том, что в случаях, когда испытываешь напряжение, «зажатость», тревогу, можно помочь себе, расслабляясь с помощью простых приемов, которые помогают не только почувствовать себя комфортнее и спокойнее, но и создать условия для более взвешенного, обдуманного поведения, которое не наносит ущерб интересам другого человека. Затем он проводит три упражнения на релаксацию.

1. «Сядем поудобнее. Спина расслаблена, опирается на спинку стула, руки спокойно лежат на коленях. Можно закрыть глаза. Сделаем по десять глубоких медленных вдохов и выдохов. Чтобы замедлить их, вдыхая,

сосчитаем про себя до семи, а выдыхая – до девяти. Можно и не считать – смотря как легче. Начнем». По окончании: «Теперь можно закрыть глаза. Расскажем, что испытали, что почувствовали, выполняя это упражнение. Можно, я начну?» Ведущий в данном случае показывает, как можно говорить о своих чувствах, стараясь описать то, что испытал, подробнее.

2. «Другой способ расслабиться можно было бы назвать “Волшебное слово”. Например, когда мы волнуемся, мы можем произнести про себя это волшебное слово, и почувствуем себя немного увереннее и спокойнее. Это могут быть разные слова: “покой”, “тишина”, “нежная прохлада” и любые другие. Главное, чтобы они помогали вам. Давайте попробуем».

По окончании ведущий спрашивает, какие «волшебные слова» подобрал каждый из участников и что он почувствовал.

3. «Еще один способ успокоиться и расслабиться. Вспомните, вообразите себе ситуацию, которая обычно вызывает у вас волнение, напряжение. Произнесите про себя несколько утверждений о том, что вы чувствуете себя уверенно, спокойно. Но эти утверждения должны быть положительными. Например, не “я не волнуюсь”, а “я спокоен” и т.д. Начнем».

По окончании ведущий спрашивает, кто какие словосочетания использовал, что почувствовал и просит, если не трудно, рассказать о том, какие ситуации вспомнились.

Данное упражнение способствует не только усвоению подростками простых навыков саморегуляции и созданию комфортной и доверительной атмосферы в группе, но и тому, что участники группы начинают более открыто и полно выражать свои чувства.

Упражнение 2. Глаза в глаза.

Ведущий говорит о том, что в обычной жизни зачастую люди довольствуются поверхностными, неглубокими контактами друг с другом, не пытаясь увидеть, что чувствует, переживает другой, после чего предлагает

участникам занятия в течение 3 – 5 минут смотреть в глаза другим, стараясь установить контакт с каждым членом группы. По окончании ведущий спрашивает о чувствах, испытанных во время упражнения, кому и почему было трудно установить зрительный контакт. Это упражнение помогает установить на этапе знакомства более глубокий и доверительный контакт между участниками группы.

Далее ведущий предлагает правила поведения на группе, особо подчеркивая, что они распространяются и на него самого.

После прочтения правил ведущий разворачивает плакат с этими правилами, который после этого всегда висит на занятиях. Дается обещание соблюдать правила. Ведущий произносит слово «обещаю», участники группы повторяют.

Занятие 2

Тема: Осознание себя. Внимание к поведению другого. Умение вести разговор

Упражнение 3. Части моего Я

Материалы: бумага, наборы цветных карандашей (6 цветов).

Ведущий предлагает детям вспомнить, какими они бывают в разных случаях, в зависимости от обстоятельств (порой настолько непохожими на себя самих, будто это разные люди), как они иногда ведут внутренний диалог с собой, и попытаться нарисовать эти разные части своего Я. Это можно сделать так, как получится, быть может, символически.

После выполнения задания участники, в том числе ведущий, по очереди показывая свои рисунки группе, рассказывают, что на них изображено. Подростки обмениваются впечатлениями, трудно ли было выполнить задание, трудно ли рассказать, что изобразили. При согласии каждого из участников ведущий собирает рисунки (желающие могут оставить их себе) с условием, что они не будут показаны никому из учеников или учителей, но участники могут их посмотреть до и после занятий.

Упражнение 4. Игра-тренинг «Таможня»

Ведущий: «Предлагаю попрактиковаться в наблюдательности, внимательном анализе поведения другого человека, умении понять его душевное состояние. Итак, наша группа – пассажиры, идущие на рейс самолета. Один из них – контрабандист. Он пытается вывезти из страны уникальное ювелирное изделие» (в качестве «предмета контрабанды» используется реальный маленький предмет – ключ, монета).Итак, кто хочет быть таможенником?».

Взявший на себя эту роль выходит. Один из участников группы, по желанию, прячет у себя ключ, после чего впускают «таможенника». Мимо него по одному проходят «пассажиры», он пытается определить, кто из них «провозит контрабанду». Чтобы облегчить задачу, ему предоставляют две или три попытки. После того, как в роли «таможенника» побывали двое-трое подростков, ведущий просит их рассказать, на что они ориентировались, определяя «контрабандиста». Желательно, чтобы сам ведущий побывал в роли и «таможенника», и «контрабандиста».

Помимо повышения интереса к занятиям, создания атмосферы непринужденности и веселья, игра способствует формированию навыков тонкого анализа невербальных проявлений в поведении другого человека.

Упражнение 5. Умение вести разговор

Ведущий говорит о том, что за неумением вести разговор, поддержать беседу часто скрывается отсутствие интереса к другому человеку, недостаток сопереживания, живого участия по отношению к нему, боязнь тесных контактов с людьми. Преодолевать эти черты начинают с развития навыков ведения и поддержания разговора.

Группа разбивается на пары. Темы выбираются самостоятельно, но несколько примеров подсказывает ведущий:

- что беспокоит в школе;
- что трудно в отношениях с родителями;
- что хотелось бы развить в себе, участвуя в групповых занятиях.

На первом этапе разрешается задавать только «открытые» (т.е. такие, на которые нельзя ответить просто «да» или «нет») вопросы, например, не «Ты любишь поболтать с Олегом?», а «Почему тебе нравится поболтать с Олегом?». Ответы рекомендуется давать также подробные, развернутые. После трех-пяти минут диалога партнеры меняются ролями.

На втором этапе упражнения участники самостоятельно высказывают свой личный опыт, дают личную информацию.

Занятие 3

Тема: Умение слушать. Люди, значимые для меня. Работа с чувствами

Упражнение 6. Слушаем молча

Ведущий, напомнив окончание предыдущего занятия, говорит, что в жизни важно уметь не только поддерживать разговор, проявляя собственную активность, но и молча выслушивать собеседника, что является подчас не менее важным проявлением участия, сопереживания другому.

Подростки разбиваются на пары. В паре сначала один из участников рассказывает о себе нечто, что его волнует, беспокоит, на что он не находит ответа. Партнеру разрешается только невербальное выражение чувств по отношению к словам собеседника. Потом подростки меняются местами и тот, кто выступал в роли слушателя, говорит о себе. Обмен чувствами, возникшими во время упражнения, можно провести и при работе в парах, но следует сделать это и в конце упражнения, когда группа собирается снова в полном составе.

Упражнение 7. Значимые люди

Материалы: бумага, наборы цветных карандашей.

Ведущий просит подростков нарисовать трех самых значимых для них людей. Это могут быть не обязательно те, с кем он постоянно общается в настоящее время, но непременно те, кто значит для него больше, чем все

остальные, кого он (она) знал(а), кто для него (нее) дороже всех. Ведущий также выполняет рисунок.

После того, как рисунки выполнены, ведущий просит участников группы по очереди показывать рисунки, рассказывая при этом об изображенных там людях:

- кто они;
- чем значимы для подростка, чем дороги;
- так же ли близки они ему теперь, если речь идет о прошлом;
- хотели бы они им что-нибудь сказать, будь у них такая возможность, прямо сейчас (например, есть невыраженное чувство благодарности).

Если кому-то из участников группы действительно хотелось бы поговорить с дорогим ему человеком, можно использовать практикуемую в гештальттерапии технику «пустого стула».

По окончании желающие оставляют свои рисунки с условием, аналогичным указанному в упражнении 3.

Упражнение 8. Список чувств

Материалы: бумага, ручка.

Ведущий: «В жизни все мы испытываем различные чувства – положительные, отрицательные. Вспомните их названия. Запишите их в два столбика: слева – положительные, справа – отрицательные».

На выполнение задания дается примерно 5 минут.

После этого ведущий просит подчеркнуть названия самого приятного чувства и самого неприятного; спрашивает, сколько вспомнилось положительного и сколько отрицательного.

Данное задание, помимо своего развивающего значения и прежде всего обогащения системы понятий, связанных с переживаниями, имеет диагностическое значение. Благополучным признаком является преобладание у подростка количества названных положительных эмоций над количеством отрицательных. Наоборот, если отрицательных эмоций названо больше,

подростку требуется больше внимания и поддержки, ибо у него, возможно, большой негативный опыт межличностных отношений. В таких случаях можно спросить, когда (в какой ситуации) возникает то чувство, которое выделено как самое неприятное, а когда – самое приятное.

Занятие 4

Тема: *Типичные проблемы. Игровой тренинг*

Упражнение 9. Мои проблемы

Материалы: бумага, ручка.

Ведущий: «В жизни все мы испытываем разные трудности, обнаруживая у себя черты, осложняющие нам жизнь. В то же время, если припомнить, найдутся примеры, показывающие, что мы вполне способны с этим справиться. Вот, например, склонность откладывать на потом, когда мы дотягиваем с делами, которые нужно выполнить к определенному сроку, до последнего момента, когда успеть уже почти нереально. Но все мы можем, наверное, вспомнить и случаи, когда заблаговременно запланировав сделать что-то, успевали вовремя. Стало быть, все в наших руках». Участникам группы предлагается вспомнить и записать такие случаи (по одному), а затем рассказать о них.

После обсуждения ведущий предлагает таким же образом вспомнить о боязни или раздражении, вызываемых критикой в свой адрес, стремлении обвинить в своих проблемах других.

Данное упражнение создает у каждого участника группы ощущение близости и общности с другими участниками группы и в трудностях, и в возможностях совладания с ними.

Упражнение 10. Ассоциации

Ведущий (участники группы вызываются на эту роль добровольно) выходит, остальные участники группы загадывают кого-то из оставшихся.

Водящий по ассоциациям должен отгадать того, кто загадан группой. Перед началом игры ведущий объясняет, что все вопросы водящего должны быть однотипны: на что или на кого похож тот, кого загадали (на какое время суток, на какое время года, на какую погоду, на какой день недели, на какой цвет радуги и т.д.).

Следует особо напомнить, что задание нужно выполнять так, чтобы не задеть самолюбия, не оскорбить того, кто был загадан.

Упражнение помогает участникам группы подготовиться к получению обратной связи в других упражнениях.

Занятие 5

Тема: Необычный опыт общения. Осознание своих идеалов и различных черт

Упражнение 11. Спина к спине

Ведущий говорит о том, что на группе имеется возможность получить опыт общения, недоступный в повседневной жизни. Двое участников группы садятся спиной к спине друг к другу и стараются в таком положении в течение 3 – 5 минут поддерживать разговор. По окончании они делятся своими ощущениями.

Ведущий может спросить:

- было ли это похоже на знакомые житейские ситуации (например, телефонный разговор), в чем отличия;
- легко ли было вести разговор;
- какой получается беседа – более откровенной или нет.

Остальные участники группы также могут поделиться своими чувствами.

Упражнение 12. Мои идеалы

Материалы: бумага, ручки.

Ведущий предлагает участникам группы выделить разные, достаточно большие периоды в своей жизни и попытаться вспомнить, кто из ныне

живущих или живших в прошлом людей был для подростков примером, на кого они хотели быть похожими в чем-то или во всем. Это могут быть не только родные и близкие, знакомые, друзья и т.д., но и вымышленные герои (персонажи книг, фильмов, пьес), это могут быть и исторические личности (писатели, художники, политики и т.д.), и ныне живущие знаменитости. Чем они привлекательны? Помогли они в жизни или, может, помешали в чем-то?

Упражнение 13. Монстр

Ведущий: «Все мы признаем за собой разные недостатки. Но так ли уж они, если вдуматься, страшны? Представим себе, что в центре нашего круга стоит чучело – несимпатичное такое, вроде как ставят на огородах отпугивать птиц. Оно обладает всеми теми качествами, которые мы считаем своими недостатками. Так, если кто-то признает за собой некоторую слабость, он говорит: «Чучело такое-то» и называет этот недостаток. Затем каждый из нас скажет, чем, вообще-то, неплохи те качества, которые были названы, но не про те качества, которые назвал сам, а про те, которые назвали у нашего чучела другие».

Ведущий записывает, что называют участники, сам называет одну или несколько «черт чучела». После того как все участники высказались, ведущий называет, что записал, а подростки говорят, какие плюсы имеет то или иное качество.

Занятие 6

Тема: *Осознание проблем в отношениях с людьми*

Упражнение 14. Мои проблемы (продолжение упражнения 9)

Материалы: бумага, ручки.

Ведущий предлагает участникам группы назвать примеры того, когда в их жизни проявлялись:

- манипулирование другими для того, чтобы добиться их расположения к себе и любви;

- неумение позаботиться о другом человеке и (или) о себе;
 - трудность в том, чтобы мысленно поставить себя на место другого, понять его;
- а также примеры того, когда удавалось совладать с ними.

В групповой дискуссии по завершении упражнения желательно обсудить, стало ли проще понять свои проблемы, найти способ их решения.

Упражнение 15. Свое пространство

Один из участников группы («протагонист») добровольно встает в центр круга. Ведущий предлагает ему представить себя «светилом», на различном расстоянии от которого находятся остальные участники группы – «планеты». Протагонист, поворачиваясь лицом к участникам группы, просит встать их на различном расстоянии от себя так, чтобы очередной участник группы отошел от него на расстояние, соответствующее воображаемой дистанции в межличностных отношениях. После того как расстановка группы завершена, ведущий спрашивает протагониста, насколько комфортно созданное им пространство и не хотел бы он внести какие-то изменения.

Проводить это упражнение более чем с тремя участниками в качестве «светила» за один раз не рекомендуется. В дискуссии не допускается обсуждение созданной схемы, но можно поделиться чувствами в зависимости от того, на какое расстояние оказался удаленным тот или иной участник, порассуждать, из чего складывается это расстояние, от чего оно зависит, хочется ли его сократить (увеличить). Последнее желательно обсуждать в абстрактном плане.

Упражнение 16. Игра «Крокодил»

Ведущий говорит о том, что многие люди боятся показаться окружающим смешными, нелепыми, и спрашивает участников, кому знакомо это чувство. Следующая игра предлагается как средство избавиться от этого опасения. Группа разбивается на две команды. Первая команда загадывает какое-либо слово или словосочетание (названия предметов, часто встречающихся в обиходе), вторая – делегирует своего участника (лучше, если

добровольно), которому сообщается загаданное слово. Последний должен изобразить это слово только с помощью жестов и мимики, а его команда попытаться понять, что было загадано.

Команды участников группы загадывают слова по очереди. После того как в роли изображающего побывало большинство участников, можно обсудить собственные чувства, возникавшие, когда приходилось что-то изображать.

Занятие 7

Тема: *Осознание мотивов межличностных отношений. Выражение чувств*

Упражнение 17. Мотивы наших поступков

Материалы: бумага, ручки.

Ведущий: «Наши поступки по отношению к другим людям вызваны разными побудительными силами. Мы делаем что-то для других людей и потому, что симпатизируем им, любим их, и потому, что “так положено”, так принято в обществе. Важно понимать, что движет нами в том или ином случае. Вот, например, страх, боязнь наказания иногда осознается нами так или иначе, иногда мы делаем что-то, может, не осознавая зачем, а может, думая, что из лучших побуждений, но в основе – все тот же страх. Вспомните два случая – один, когда вы сделали что-то для другого человека потому, что боялись его или чьего-то еще гнева, осуждения, наказания, хотя в тот момент и не осознавали этого, и другой, когда вы сделали что-то для другого по той же причине, но при этом прекрасно понимая, почему вы это делаете».

Участники группы, записав примеры из жизни, делятся ими. Затем ведущий просит таким же образом вспомнить два поступка, продиктованные стремлением следовать социальной норме, «быть как все», «не высовываться».

В ходе обсуждения выясняется, что было труднее выполнить, не было ли трудно рассказать об этом и т.д.

Упражнение 18. Чувства без слов

Участники группы разбиваются на пары по взаимному желанию. Пары по очереди выходят в центр круга. Один из участников загадывает некоторое чувство (такое, чтобы его можно было назвать одним словом или словосочетанием) и пытается изобразить его без помощи слов, только жестами и мимикой, а его партнер должен отгадать, что изображено. Затем подростки меняются ролями, и «отгадчик», загадав чувство, пытается его изобразить. Остальные участники группы тоже могут принимать участие в отгадывании, но только после того, как у «отгадчика» закончатся все предположения.

Занятие 8

Тема: *Чем мы обязаны другим?! Чувство благодарности*

Упражнение 19. Особые дары

Ведущий предлагает участникам вспомнить, что они получили от окружающих (родных, близких, друзей, учителей и т.д.) такого, что можно было бы назвать «дар» в полном смысле слова. При этом может получиться примерно такая таблица:

Лица	Период		
	Детство	Начальная школа	После начальной школы
Мать, отец Бабушка, дедушка Тети, дяди Братья, сестры Друзья, подруги			

После того как участники заполняют листок, ведущий просит рассказать их о каком-нибудь из перечисленных ими даров (на выбор). Затем он просит участников рассказать, нет ли по отношению к кому-то из упомянутых людей чувства невыраженной благодарности. Если есть, то ведущий предлагает участникам по очереди высказать свою благодарность этому человеку или пользуясь техникой «пустого стула», или попросив кого-то из участников группы выступить протагонистом.

Упражнение 20. Благодарность без слов

Участники разбиваются на пары. Сначала один, а потом другой пытаются без помощи слов выразить чувство благодарности. Затем партнеры делятся впечатлениями о том:

- что чувствовал, выполняя это упражнение;
- искренно или наигранно выглядело изображение благодарности партнером;
- понятно ли было, какое чувство изображает партнер.

Упражнение 21. Волшебный магазин

Ведущий предлагает подросткам подумать, какими личными качествами они обладают. Затем он просит представить себе волшебный магазин, где он – продавец, и где в обмен на те свои качества (ум, смелость, честность или лень, занудство, равнодушие), которых, как считают участники, у него в избытке, или те, от которых он хотел бы избавиться, можно получить другие личностные качества, нужные для себя. «Покупатель» сдает свои качества, «продавец» говорит, есть ли то, что требуется, сколько он мог бы дать взамен и т.д. В дискуссии участники группы делятся своими переживаниями от игры, обсуждают, любое ли человеческое качество ценно и т.д.

Занятие 9

Тема: *Мотивы наших поступков. Обратная связь*

Упражнение 22. Мотивы наших поступков

Материалы: бумага, ручки.

Ведущий напоминает участникам упражнение 17 и предлагает вспомнить по два случая, в одном из которых поступок был вызван неосознанным мотивом, а в другом – тот же мотив осознавался. На этот раз названы:

- мотив любопытства (желание посмотреть, как поведет себя другой человек в ответ на какой-то поступок, возможно, желание узнать предел его терпения);
- мотив завоевывания любви другого человека (желание непременно добиться расположения, симпатии, дружбы, любви другого при помощи манипулирования им).

При обсуждении участники делятся, легко ли было вспомнить такие случаи, а если трудно, то почему, легко ли было осознать тот или иной мотив межличностных отношений и какие чувства обуревали, когда нужно было об этом рассказать.

Упражнение 23. «Горячее» место

Ведущий предлагает подросткам узнать мнение о них остальных участников группы. Высказываться друг о друге он рекомендует приблизительно в такой форме: «Когда ты делаешь или говоришь то-то и то-то, у меня возникают такие-то чувства, и мне кажется, что это могло быть то-то и то-то». Используется только тот опыт, который был получен во время занятий. Следует избегать определений «нравится», «хорошо», «плохо».

Один из участников по желанию садится в центр круга. После того как все высказались, подросток коротко рассказывает, что он испытал, когда говорили о нем. Участники высказываются по очереди, но на «горячее место» садятся только по желанию.

В обсуждении участники делятся впечатлениями, как изменились их чувства по отношению друг к другу после этого упражнения.

Упражнение 24. Медитация

Аналогичное упражнение практикуется в группах встреч.

Ведущий просит участников сесть поудобнее и расслабиться, возможно, используя при этом приемы релаксации (см. упр. 1). Говоря негромко и неторопливо, ведущий просит участников представить себе, что они идут по лесу. По обе стороны лесной дороги тихо шелестят деревья. Они выходят на поляну, посреди которой растет старое кряжистое дерево, под которым сидит мудрец. Ему можно задать вопрос и потом, терпеливо дожидаясь, получить ответ. Участникам рекомендуется спросить его о какой-либо проблеме в отношениях с другими людьми. После этого нужно мысленно обойти вокруг дерева. На обратной стороне ствола висит отрывной календарь. «Какое на нем число? Как оно связано с окружающими людьми и с тобой?», — спрашивает ведущий.

После упражнения участники делятся друг с другом: какой вопрос они задали мудрецу и какой получили ответ.

Завятие 10

Тема: *Смирение в отношениях с людьми. Обратная связь (продолжение).*
Завершение группы.

Упражнение 25. Молитва об умиротворении

Прообраз этого упражнения имеется в практике групп самопомощи для взрослых детей из трудных семей.

Ведущий читает участникам группы молитву об умиротворении: «Боже, дай мне разум и душевный покой принять то, что я не в силах изменить, мужество изменить то, что могу, и мудрость, чтобы отличать одно от другого. Аминь». Затем участники вслед за ведущим повторяют молитву. Ведущий просит подумать, какую проблему из собственной жизни можно было бы

проанализировать при помощи молитвы, т.е. вычленив в ней то, что изменить нельзя, то, что можно изменить и попытаться отделить одно от другого.

В обсуждении участникам предлагается подумать о том, легко ли дается решение оставить попытки изменить что-то в других людях, и прежде всего их личностные качества, и найти, что для этого нужно (смирение, альтруизм, рассудительность, терпение).

Упражнение 26. Телеграммы

В тренингах для подростков используется при завершении занятий группы

Материалы: «волшебная папка», «бланки телеграмм», ручки.

Ведущий раздает участникам группы по набору «бланков телеграмм» (листочков с именами всех участников группы) и просит написать самое хорошее, что каждый участник узнал о других подростках и о себе самом. Ведущий собирает «телеграммы» в «волшебную папку», чтобы во время следующего упражнения просмотреть, нет ли оскорбительных и грубых «телеграмм», а если есть, вернуть авторам с просьбой переписать. Возможность просмотра «телеграмм» оговаривается заранее.

Упражнение 27. Я – реальный, идеальный, глазами других

Материалы: бумага, цветные карандаши.

Ведущий просит участников группы нарисовать себя таким, как есть, таким, каким хотел бы быть, и таким, каким тебя видят другие люди.

При обсуждении участники пытаются ответить на вопросы, чем вызваны расхождения в представлениях о том, каким ты хотел бы быть и каким тебя видят другие, с тем, какой ты есть на самом деле. Были бы эти расхождения сильнее, если провести это задание в начале группы, и почему?

Заключительное слово ведущего. Раздача «телеграмм».

Патохарактерологический диагностический опросник

Регистрационный лист №

Фамилия, имя, отчество _____

Возраст _____ Дата « ____ » _____ 200 ____ г.

№ п/п	Тема	Номера ответов А	Номера ответов В	Раско- диро- вание
1	Самочувствие			
2	Настроение			
3	Сон и сновидения			
4	Пробуждение ото сна			
5	Аппетит и отношение к еде			
6	Отношение к спиртным напиткам			
7	Сексуальные проблемы			
8	Отношение к одежде			
9	Отношение к деньгам			
10	Отношение к родителям			
11	Отношение к друзьям			
12	Отношение к окружающим			
13	Отношение к незнакомым людям			
14	Отношение к одиночеству			
15	Отношение к будущему			
16	Отношение к новому			
17	Отношение к неудачам			
18	Отношение к приключениям и риску			
19	Отношение к лидерству			
20	Отношение к критике и возражениям			
21	Отношение к опеке и наставлениям			
22	Отношение к правилам и законам			
23	Оценка себя в детстве			
24	Отношение к школе			
25	Оценка себя в данный момент			

Инструкция

Поставьте в графе «Номера ответов А» номера тех ответов по темам, которые наиболее для вас подходят. Более трех выборов по одной теме делать не разрешается. Поставьте в графе «Номера ответов В» номера тех ответов по темам, которые вам наиболее не подходят. Более трех выборов по одной теме делать не разрешается.

Перечень тем для определения типологии личности

Тема 1. Самочувствие

1. У меня почти всегда плохое самочувствие.
2. Я всегда себя чувствую бодрым и полным сил.
3. Недели хорошего самочувствия чередуются у меня с неделями, когда я чувствую себя плохо.
4. Мое самочувствие часто меняется — иногда по несколько раз в день.
5. У меня почти всегда что-нибудь болит.
6. Плохое самочувствие возникает у меня после огорчений и беспокойств.
7. Плохое самочувствие появляется у меня от волнений и ожидания неприятностей.
8. Я легко переношу боль и физические страдания.
9. Мое самочувствие вполне удовлетворительно.
10. У меня случаются приступы плохого самочувствия с раздражительностью и чувством тоски.
11. Мое самочувствие очень зависит от того, как относятся ко мне окружающие.
12. Я очень плохо переношу боль и физические страдания и очень их боюсь.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 2. Настроение

1. Как правило, настроение у меня очень хорошее.
2. Мое настроение легко меняется от незначительных причин.
3. У меня настроение портится от ожидания возможных неприятностей, беспокойства за близких, неуверенности в себе.
4. Мое настроение зависит от общества, в котором я нахожусь.
5. У меня почти всегда плохое настроение.
6. Мое плохое настроение зависит от плохого самочувствия.
7. Мое настроение улучшается, когда меня оставляют одного.
8. У меня бывают приступы мрачной раздражительности, во время которых достается окружающим.
9. У меня не бывает уныния и грусти, но может быть ожесточенность и гнев.
10. Малейшие неприятности сильно огорчают меня.
11. Периоды очень хорошего настроения сменяются у меня периодами плохого настроения.
12. Мое настроение обычно такое же, как у окружающих меня людей.
13. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 3. Сон и сновидения

1. Я сплю хорошо, а сновидениям значения не придаю.
2. Сон у меня богат яркими сновидениями.
3. Перед тем как уснуть, я люблю помечтать.
4. Я сплю мало, но всегда встаю бодрым. Сны вижу редко.
5. Сон у меня очень крепкий, но иногда бывают жуткие, кошмарные сновидения.
6. У меня плохой и беспокойный сон и часто бывают мучительно-тоскливые сновидения.
7. Бессонница у меня наступает периодически, без особых причин.
8. Я не могу спокойно спать, если утром надо вставать в определенный час.

9. Если меня что-то расстроит, я долго не могу уснуть.
10. Я часто вижу разные сны – то радостные, то неприятные.
11. По ночам у меня бывают приступы страха.
12. Мне часто снится, что меня обижают.
13. Я могу свободно регулировать свой сон.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 4. Пробуждение ото сна

1. Мне трудно проснуться в назначенный час.
2. Просыпаюсь я с неприятной мыслью, что надо идти на работу или учебу.
3. В одни дни я встаю веселым и жизнерадостным, в другие — без всякой причины с утра угнетен и уныл.
4. Я легко просыпаюсь, когда мне нужно.
5. Утро для меня — самое тяжелое время суток.
6. Часто мне не хочется просыпаться.
7. Проснувшись, я нередко еще долго переживаю то, что видел во сне.
8. Периодами я чувствую себя бодрым, периодами — разбитым.
9. Утром я встаю бодрым и энергичным.
10. С утра я более активен и мне легче работать, чем вечером.
11. Нередко бывало, что проснувшись, я не мог сразу сообразить, где я и что со мной.
12. Я просыпаюсь с мыслью, что сегодня надо будет сделать.
13. Проснувшись, я люблю полежать в постели и помечтать.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 5. Аппетит и отношение к еде

1. Неподходящая обстановка, грязь и разговоры о неаппетитных вещах никогда не мешали мне есть.
2. Периодами у меня бывает волчий аппетит, периодами ничего есть не хочется.

3. Я ем очень мало, иногда долго ничего не ем.
4. Мой аппетит зависит от настроения: то ем с удовольствием, то нехотя и через силу.
5. Я люблю лакомства и деликатесы.
6. Нередко я стесняюсь есть при посторонних людях.
7. У меня хороший аппетит, но я не обжора.
8. Есть кушанья, которые вызывают у меня тошноту и рвоту.
9. Я предпочитаю есть немного, но очень вкусное.
10. У меня плохой аппетит.
11. Я люблю сытно поесть.
12. Я ем с удовольствием и не люблю ограничивать себя в еде.
13. Я боюсь испорченной пищи и всегда тщательно проверяю ее свежесть и доброкачественность.
14. Мне легко можно испортить аппетит.
15. Еда меня интересует прежде всего как средство поддержать здоровье.
16. Я стараюсь придерживаться диеты, которую сам разработал.
17. Я плохо переношу голод — быстро слабею.
18. Я знаю, что такое чувство голода, но не знаю, что такое аппетит.
19. Еда не доставляет мне большого удовольствия.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 6. Отношение к спиртным напиткам

1. Мое желание выпить зависит от настроения.
2. Я избегаю пить спиртное, чтобы не проболтаться.
3. Периодами я выпиваю охотно, периодами меня к спиртному не тянет.
4. Люблю выпить в веселой хорошей компании.
5. Я боюсь пить спиртное, потому что, опьянев, могу вызвать насмешки и презрение.
6. Спиртное не вызывает у меня веселого настроения.
7. К спиртному я испытываю отвращение.

8. Спиртным я стараюсь заглушить приступ плохого настроения, тоски и тревоги.

9. Я избегаю пить спиртное из-за плохого самочувствия и сильной головной боли впоследствии.

10. Я не пью спиртного, так как это противоречит моим принципам.

11. Спиртные напитки меня пугают.

12. Выпив немного, я особенно ярко воспринимаю окружающий мир.

13. Я выпиваю со всеми, чтобы поддержать компанию.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 7. Сексуальные проблемы

1. Половое влечение меня мало беспокоит.

2. Малейшая неприятность подавляет у меня половое влечение.

3. Я предпочитаю жить мечтами о подлинном счастье, чем разочаровываться в жизни.

4. Периоды сильного полового влечения чередуются у меня с периодами холодности и безразличия.

5. В половом отношении я быстро возбуждаюсь, но быстро успокаиваюсь и охлаждаюсь.

6. При нормальной семейной жизни не существует никаких половых проблем.

7. У меня сильное половое влечение, которое мне трудно сдерживать.

8. Моя застенчивость мне очень сильно мешает.

9. Измены я бы никогда не простил.

10. Я считаю, что половое влечение нельзя сдерживать, иначе оно мешает плодотворной работе.

11. Наибольшее удовольствие мне доставляет флирт и ухаживание.

12. Я люблю анализировать свое отношение к половым проблемам, свое собственное влечение.

13. Я нахожу ненормальности в своем половом влечении и стараюсь бороться с ними.

14. Считаю, что половым проблемам не следует придавать большого значения.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 8. Отношение к одежде

1. Люблю костюмы яркие и броские.

2. Считаю, что всегда надо быть прилично одетым, потому что «встречают по одежке».

3. Для меня главное, чтобы одежда была удобной, аккуратной и чистой.

4. Люблю одежду модную или необычную, которая невольно привлекает взоры.

5. Никогда не следую общей моде, а ношу то, что мне самому понравилось.

6. Люблю одеваться так, чтобы было к лицу.

7. Не люблю слишком модничать, считаю – надо одеваться как все.

8. Часто беспокоюсь, что мой костюм не в порядке.

9. Об одежде я мало думаю.

10. Мне часто кажется, что окружающие осуждают меня за мой костюм.

11. Предпочитаю темные и серые тона.

12. Временами одеваюсь модно и ярко, временами своей одеждой не интересуюсь.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 9. Отношение к деньгам

1. Нехватка денег меня раздражает.

2. Деньги меня совершенно не интересуют.

3. Очень огорчаюсь и расстраиваюсь, когда денег не хватает.

4. Не люблю заранее рассчитывать все расходы, легко беру в долг, даже если знаю, что к сроку отдать мне будет трудно.

5. Я очень аккуратен в денежных делах и, зная неаккуратность многих, не люблю давать в долг.

6. Если у меня взяли в долг, я стесняюсь об этом напомнить.
7. Я всегда стараюсь оставить деньги про запас на непредвиденные расходы.
8. Деньги мне нужны только для того, чтобы как-нибудь прожить.
9. Стараюсь быть бережливым, но не скупым, люблю тратить деньги с толком.
10. Всегда боюсь, что мне не хватит денег, и очень не люблю брать в долг.
11. Периодами я к деньгам отношусь легко и трачу их не задумываясь, периодами все пугаюсь остаться без денег.
12. Я никогда и никому не позволю ущемлять меня в деньгах.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 10. Отношение к родителям

1. Очень боюсь остаться без родителей.
2. Я считаю, что родителей надо уважать, даже если имеешь против них в сердце обиды.
3. Люблю и привязан, но бывает, сильно обижаюсь и даже ссорюсь.
4. В одни периоды мне кажется, что меня слишком опекали, в другие укоряю себя за непослушание и причиненные родным огорчения.
5. Мои родители не дали мне того, что необходимо в жизни.
6. Упрекаю их в том, что в детстве они недостаточно уделяли внимания моему здоровью.
7. Очень люблю (любил) одного из родителей.
8. Я люблю их, но не переносю, когда мною распоряжаются и командуют.
9. Очень люблю мать и боюсь, что с нею что-нибудь случится.
10. Упрекаю себя за то, что недостаточно сильно люблю (любил) родителей.
11. Они меня слишком притесняли и во всем навязывали свою волю.
12. Мои родные меня не понимают и кажутся мне чужими.

13. Я считаю себя виноватым перед ними.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 11. Отношение к друзьям

1. Мне не раз приходилось убеждаться, что дружат из выгоды.
2. Хорошо себя чувствую с тем, кто мне сочувствует.
3. Для меня важен не один друг, а дружный хороший коллектив.
4. Я ценю такого друга, который умеет меня выслушать, приободрить, вселить уверенность, успокоить.
5. О друзьях, с кем пришлось расстаться, я долго не скучаю и быстро нахожу новых.
6. Чувствую себя таким больным, что мне не до друзей.
7. Моя застенчивость мешает мне подружиться с тем, с кем мне хотелось бы.
8. Я легко завязываю дружбу, но часто разочаровываюсь и охладеваю.
9. Я предпочитаю тех друзей, которые внимательны ко мне.
10. Я сам выбираю себе друга и решительно бросаю его, если разочаровываюсь в нем.
11. Я не могу найти себе друга по душе.
12. У меня нет никакого желания иметь друга.
13. Периодами я люблю больше дружеские компании, периодами избегаю их и ищу одиночества.
14. Жизнь научила меня не быть слишком откровенным даже с друзьями.
15. Люблю иметь много друзей и тепло относиться к ним.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 12. Отношение к окружающим

1. Я окружен глупцами, невеждами и завистниками.
2. Окружающие мне завидуют и потому ненавидят меня.
3. В одни периоды мне хорошо с людьми, в другие периоды они меня тяготят.

4. Я считаю, что самому не следует выделяться среди окружающих.
5. Стараюсь жить так, чтобы окружающие не смогли сказать обо мне ничего плохого.
6. Мне кажется, что окружающие меня презируют и смотрят на меня свысока.
7. Легко схожусь с людьми в любой обстановке.
8. Больше всего со стороны окружающих я ценю внимание к себе.
9. Я быстро чувствую хорошее или недоброжелательное отношение к себе и так же отношусь сам.
10. Я легко ссорюсь, но быстро и мирюсь.
11. Я часто подолгу размышляю, правильно или неправильно я что-нибудь сказал или сделал в отношении окружающих.
12. Людское общество меня быстро утомляет и раздражает.
13. От окружающих я стараюсь держаться подальше.
14. Я не знаю своих соседей и не интересуюсь ими.
15. Мне часто кажется, что окружающие подозревают меня в чем-то плохом.
16. Мне приходилось от окружающих терпеть много обид и обманов, это всегда настораживает меня.
17. Мне часто кажется, что окружающие смотрят на меня как на никчемного и ненужного человека.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 13. Отношение к незнакомым людям

1. Я отношусь настороженно к незнакомым людям и невольно опасаясь зла.
2. Бывает, что совершенно незнакомый человек мне сразу внушает доверие и симпатию.
3. Я избегаю новых знакомств.
4. Незнакомые люди внушают мне беспокойство и тревогу.

5. Прежде чем познакомиться, я всегда хочу узнать, что это за человек, что говорят о нем люди.

6. Я никогда не доверяюсь незнакомым людям и не раз убеждался, что в этом прав.

7. Если незнакомые проявляют интерес ко мне, то я с интересом отношусь к ним.

8. Незнакомые люди меня раздражают, к знакомым я уже как-то привык.

9. Я охотно и легко завожу новые знакомства.

10. Временами я охотно знакоюсь с новыми людьми, временами ни с кем знакомиться не хочется.

11. В хорошем настроении я легко знакоюсь, в плохом — избегаю знакомства.

12. Я стесняюсь незнакомых людей и боюсь заговорить первым.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 14. Отношение к одиночеству

1. Я считаю, что всякий человек не должен отрываться от коллектива.

2. В одиночестве я чувствую себя спокойнее.

3. Я не переносу одиночества и всегда стремлюсь быть среди людей.

4. Периодами мне лучше среди людей, периодами предпочитаю одиночество.

5. В одиночестве я размышляю или беседую с воображаемым собеседником.

6. В одиночестве я скучаю по людям, а среди людей быстро устаю и ищу одиночества.

7. Большею частью я хочу быть на людях, но иногда хочется побыть одному.

8. Я не боюсь одиночества.

9. Я боюсь одиночества и, тем не менее, так получается, что нередко оказываюсь в одиночестве.

10. Я люблю одиночество.

11. Одиночество я переношу легко, если только оно не связано с неприятностями.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 15. Отношение к будущему

1. Я мечтаю о светлом будущем, но боюсь неприятностей и неудач.

2. Будущее кажется мне мрачным и бесперспективным.

3. Я стараюсь жить так, чтобы будущее было хорошим.

4. В будущем меня больше всего беспокоит здоровье.

5. Я убежден, что в будущем исполнятся мои желания и планы.

6. Я не люблю много раздумывать о своем будущем.

7. Мое отношение к будущему часто и быстро меняется: то строю радужные планы, то будущее кажется мне мрачным.

8. Я утешаю себя тем, что в будущем исполнятся все мои желания.

9. Я всегда невольно думаю о возможных неприятностях и бедах, которые могут случиться в будущем.

10. Мои планы на будущее я люблю разрабатывать в малейших деталях и во всех деталях стараюсь их осуществить.

11. Я уверен, что в будущем докажу всем свою правоту.

12. Я живу своими мыслями и меня мало волнует, каким в действительности окажется мое будущее.

13. Периодами мое будущее кажется мне светлым, периодами – мрачным.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 16. Отношение к новому

1. Периодами я легко переношу перемены в своей жизни и даже люблю их, но периодами начинаю их бояться и избегать.

2. Новое меня привлекает, но вместе с тем беспокоит и тревожит.

3. Я люблю перемены в жизни – новые впечатления, новых людей, новую обстановку вокруг.

4. У меня бывают моменты, когда я жадно ищу новые знакомства, бывает, когда я избегаю их.

5. Я люблю сам придумывать новое, все переиначивать и делать по-своему, не так, как все.

6. Новое меня привлекает, но часто быстро утомляет и надоедает.

7. Не люблю всяких новшеств, предпочитаю раз установленный твердый порядок.

8. Я боюсь перемен в жизни: новая обстановка меня пугает.

9. Новое приятно, если только обещает для меня что-то хорошее.

10. Меня привлекает лишь то новое, что соответствует моим принципам и интересам.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 17. Отношение к неудачам

1. Свои неудачи я переживаю сам и ни у кого не ищу сочувствия и помощи.

2. Периоды, когда я активно борюсь с неудачами, чередуются у меня с периодами, когда от малейших неудач опускаются руки.

3. Неудачи приводят меня в отчаяние.

4. Неудачи вызывают у меня сильное раздражение, которое я изливаю на невинных.

5. Если случается неудача, я всегда ищу, что же я сделал неправильно.

6. Неудачи вызывают у меня протест и негодование и желание их одолеть.

7. Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставляю его безнаказанным.

8. При неудачах мне хочется убежать куда-нибудь подальше и не возвращаться.

9. Бывает, что малейшие неудачи приводят меня в уныние, но бывает, что серьезные неприятности я переношу стойко.

10. Неудачи меня угнетают, и я, прежде всего, виню самого себя.

11. Неудачи меня не задевают, я не обращаю на них внимания.

12. При неудачах я еще больше мечтаю об исполнении своих желаний.
13. Я считаю, что при неудачах нельзя отчаиваться.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 18. Отношение к приключениям и риску

1. Я люблю всякие приключения, даже опасные, охотно иду на риск.
2. Я много раз взвешиваю все «за» и «против» и все никак не решаюсь рискнуть.
3. Мне не до приключений, а рискую я только тогда, когда к этому принуждают обстоятельства.
4. Я не люблю приключений и избегаю риска.
5. Я люблю мечтать о приключениях, но не ищу их в жизни.
6. Временами я люблю приключения и часто рискую, но временами приключения и риск мне становятся не по душе.
7. Приключения я люблю только веселые и те, что хорошо кончаются, а рисковать я не люблю.
8. Я специально не ищу приключений и риска, но иду на них, когда этого требует мое дело.
9. Приключения и риск меня привлекают, если в них достается первая роль.
10. Бывает, что риск и азарт меня совершенно опьяняют.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 19. Отношение к лидерству

1. Я могу идти вперед других в рассуждениях, но не в действиях.
2. Я люблю быть первым в компании, руководить и направлять других.
3. Я люблю опекать кого-либо одного, кто мне понравится.
4. Я всегда стремлюсь учить людей правилам и порядку.
5. Одним людям я нехотя подчиняюсь, другими команду сам.
6. Периодами я люблю «задавать тон», быть первым, но периодами мне это надоедает.

7. Я люблю быть первым там, где меня любят; бороться за первенство я не люблю.

8. Я не умею командовать другими.

9. Я не люблю командовать людьми – ответственность меня пугает.

10. Всегда находятся люди, которые слушают меня и признают мой авторитет.

11. Я люблю быть первым, чтобы другие мне подражали и следовали за мной.

12. Я охотно следую за авторитетными людьми.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 20. Отношение к критике и возражениям

1. Я не слушаю возражений и критики и всегда думаю и делаю по-своему.

2. Слушая возражения и критику, я ищу довода в свое оправдание, но не всегда решаюсь его высказывать.

3. Возражения и критика меня особенно раздражают, когда я устал и плохо себя чувствую.

4. Критика и осуждения в мой адрес лучше равнодушия и пренебрежения ко мне.

5. Я не люблю, когда меня критикуют или мне возражают, сержусь и не всегда могу сдерживать свой гнев.

6. Когда меня критикуют или мне возражают, это меня сильно огорчает и приводит в уныние.

7. От критиков мне хочется убежать подальше.

8. В одни периоды критику и возражения переношу легко, в другие – очень болезненно.

9. Возражения и критика меня очень огорчают, если они резкие и грубые по форме, даже если они касаются мелочей.

10. Я не слышал еще справедливой критики в свой адрес или справедливых возражений моим доводам.

11. Я стараюсь правильно реагировать на критику.

12. Я убежден, что критикуют обычно только для того, чтобы тебе напакостить или самим выдвинуться.

13. Если меня критикуют или мне возражают, мне всегда начинает казаться, что другие правы, а я нет.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 21. Отношение к опеке и наставлениям

1. Я слушаю наставления только тех, кто имеет на это право.

2. Я охотно слушаю те наставления, которые касаются моего здоровья.

3. Не выношу, когда меня опекают и за меня все решают.

4. Я не нуждаюсь в наставлениях.

5. Я охотно слушаюсь того, кто, знаю, меня не любит.

6. Я стараюсь слушать полезные наставления, но это не всегда получается.

7. Временами все наставления пролетают мимо моих ушей, а по временам я ругаю себя за то, что не услышал их раньше.

8. Совершенно не переношу наставления, если они даются начальственным тоном.

9. Я внимательно слушаю наставления и не противлюсь, когда меня опекают.

10. Я охотно слушаю те наставления, что мне приятны, и не переношу тех, что мне не по душе.

11. Я люблю, когда обо мне заботятся, но не люблю, чтобы мной командовали.

12. Я не решаюсь прервать даже вовсе никчемные для меня наставления или избавиться от ненужного для меня покровительства.

13. Наставления вызывают у меня желание делать все наоборот.

14. Я допускаю опеку над собой в повседневной жизни, но не над моим душевным миром.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 22. Отношение к правилам и законам

1. Когда правила и законы мне мешают, это вызывает у меня раздражение.

2. Всегда считаю, что для интересного и заманчивого дела всякие правила и законы можно обойти.

3. Логически обоснованные правила я стараюсь соблюдать.

4. Я часто боюсь, что меня по ошибке примут за нарушителя закона.

5. Ужасно не люблю всякие правила, которые меня стесняют.

6. Периоды, когда я не очень слежу за тем, чтобы соблюдать все правила и законы, чередуются с периодами, когда я упрекаю себя за недисциплинированность.

7. Всякие правила и распорядки вызывают у меня желание нарочно их нарушать.

8. Правила и законы я всегда соблюдаю.

9. Всегда слежу за тем, чтобы все соблюдали правила.

10. Часто упрекаю себя за то, что нарушал правила и не строго соблюдал законы.

11. Я стремлюсь соблюдать правила и законы, но это не всегда мне удается.

12. Строго следую тем правилам, которые считаю справедливыми, борюсь с теми, которые считаю несправедливыми.

0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 23. Оценка себя в детстве

1. В детстве я был робким и плаксивым.

2. Очень любил сам сочинять всякие сказки и фантастические истории.

3. В детстве я избегал шумных подвижных игр.

4. Периодами мне кажется, что в детстве я был живым и веселым, периодами начинаю думать, что был очень непослушным и беспокойным.

5. Я с детства был самостоятельным и решительным.

6. В детстве я был веселым и отчаянным.

7. В детстве я был обидчивым и чувствительным.
8. В детстве я был очень непоседливым и болтливым.
9. В детстве я был таким же, как сейчас: меня легко было огорчить, но легко успокоить и развеселить.
10. С детства я стремился к аккуратности и порядку.
11. В детстве я любил играть один или смотреть издали, как играют другие дети.
12. В детстве я больше любил беседовать со взрослыми, чем играть с ровесниками.
13. В детстве я был капризным и раздражительным.
14. В детстве я плохо спал и плохо ел.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 24. Отношение к школе

1. Любил вместо школьных занятий отправиться с товарищами погулять или сходить в кино.
2. Сильно переживал замечания и отметки, которые меня не удовлетворяли.
3. В младших классах любил школу, потом она стала меня тяготить.
4. Периодами любил школу, периодами она начинала мне надоедать.
5. Не любил школу, потому что все педагоги относились ко мне несправедливо.
6. Школьные занятия меня очень сильно утомляли.
7. Больше всего любил школьную самостоятельность.
8. Любил школу, потому что там была веселая компания.
9. Стеснялся ходить в школу: боялся насмешек и грубости.
10. Очень не любил физкультуру.
11. Посещал школу регулярно и всегда активно участвовал в общественной работе.
12. Школьная работа меня очень тяготила.
13. Старался аккуратно выполнять все задания.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Тема 25. Оценка себя в данный момент.

1. Мне не хватает холодной рассудительности.
2. Временами я доволен собой, временами ругаю себя за нерешительность и вялость.
3. Слишком мнителен, без конца тревожусь и беспокоюсь обо всем.
4. Я не виновен в том, что возбуждаю зависть у других.
5. Мне не хватает усидчивости и терпения.
6. Считаю, что ничем не отличаюсь от большинства людей.
7. Мне не хватает решительности.
8. Я не вижу у себя больших недостатков.
9. В хорошие минуты я вполне доволен собой, в минуты дурного настроения мне кажется, что мне не хватает то одного, то другого качества.
10. Я слишком раздражителен.
11. Другие находят у меня крупные недостатки, я считаю, что они преувеличивают.
12. Я страдаю от того, что меня не понимают.
13. Я чрезмерно чувствителен и обидчив.
0. Ни одно из определений ко мне не подходит.

Ключ к первому исследованию

№ п/п	Тема	Ключ
1	2	3
1	Самочувствие	1/А, 2/Г, 3/Ц, 4/П, 5/АА, 9/ННД
2	Настроение	1/ГН, 2/П, 6/ЦА, 7/Ш, 10/СЛ, 11/Г
3	Сон и сновидения	1/ГН, 3/К, 4/А, 6/Ц, 7/А, 10/А
4	Пробуждение ото сна	1/Э, 3/Г, 4/А, 9/НН, 12/Ц
5	Аппетит и отношение к еде	1/Ш, 2/Т, 3/А, 5/ЛП, 6/СТ, 11/Н, 17/Ц

1	2	3
6	Отношение к спиртным напиткам	1/+2, 3/+1, 4/ГГ+2, 5/-1, 6/-1, 7/-3, С/+1, 9/П, 10/СШП-3, 12/Ц, 13/А
7	Сексуальные проблемы	1/ННД, 13/ТТТ, 14/ЛИ
8	Отношение к одежде	4/ИИ, 5/АС, 6/К
9	Отношение к деньгам	2/С, 4/И, 6/ЛА
10	Отношение к родителям	1/П, 3/ЛЛВ, 5/Е, 8/Е, 9/ПП, 11/Е 12/ПЕ, 13/Э, 0/ОЕ
11	Отношение к друзьям	1/Д, 3Г/Ц, 4/К, 7/ОС, 14/Л, 15/А
12	Отношение к окружающим	7/Г, 10/В
13	Отношение к незнакомым людям	1/ЭЭ, 8/Ц, 9/ГЦ, 12/СС
14	Отношение к одиночеству	1/Н, 2/СТШ, 3/ГЭН, 4/ЛА, 8/Ш, 11/Л
15	Отношение к будущему	5/ЛГ, 7/П, 8/Э
16	Отношение к новому	5/ЛП, 9/ЛЭ, 10/ЛШШЭ
17	Отношение к неудачам	1/КВ, 3/Э, 5/И, 7/ЭЭ, 10/П, 13/К
18	Отношение к приключениям и риску	1/Г, 2/С, 3/С, 6/В, 9/Г
19	Отношение к лидерству	1/Н, 7/ИП, 8/ЛС
20	Отношение к критике и возражениям	1/ПНЕ, 5/Е, 7/НЕ, 8/Т, 9/А, 10/Е, 11/Ц, 12/Е, 0/ОЕ
21	Отношение к опеке и наставлениям	1/МП, 2/ЭЭ, 3/ДЕ, 4/Е, 6/ЦП, 8/Е, 11/ИИЕ, 13/Е, 14/Е, 0/ОЕ
22	Отношение к правилам и законам	1/Е, 2/ТЕ, 5/Е, 7/Е, 11/Л, 0/ОЕ
23	Оценка себя в детстве	2/Г, 4/П, 7/Г, 3/СС, 10/Л, 13/И, 14/ЭЭ
24	Оценка отношения к школе	1/ГЭИНН, 2/Э, 3/Ц, 13/Ц
25	Оценка себя в данный момент	2/ТТ, 3/А, 8/ЭИ, 12/ЛШИ, 13/С

Ключ ко второму исследованию

№ п/п	Тема	Ключ
1	2	3
1	Самочувствие	10/С
2	Настроение	2/Г
3	Сон и сновидения	2/Э, 4/В, 5/Ц, 14/А
4	Пробуждение ото сна	1/Л, 2/К, 7/Л
5	Аппетит и отношение к еде	3/ЦЭ, 16/И
6	Отношение к спиртным напиткам	1/Ц, 4/С-1, 5/+2, 6/+1, 7/ЛЦ+2, 10/+1, 11/И, 13/Л, 0/ОЭ.
7	Сексуальные проблемы	2/И, 5/НН, 7/КВ, 8/ИИ, 11/ЛС, 13/ГЛ
8	Отношение к одежде	1/АВ, 4/К
9	Отношение к деньгам	2/ЭИД, 6/И
10	Отношение к родителям	5/К, 11/ГЛПЭ
11	Отношение к друзьям	6/И, 12/Д
12	Отношение к окружающим	2/Э, 7/С, 10/С, 13/П
13	Отношение к незнакомым людям	1/Г, 2/ЭЭ, 8/ПП, 9/С
14	Отношение к одиночеству	1/ЛШ, 2/СПШШШ, 5/ЭИВ
15	Отношение к будущему	10/П
16	Отношение к новому	6/Э, 7/ИД.
17	Отношение к неудачам	1/ППЭ, 2/ЭЭ, 3/В, 8/Л, 10/Ц
18	Отношение к приключениям и риску	1/СС, 5/ЭЭ, 10/ЛН.
19	Отношение к лидерству	4/И, 9/И
20	Отношение к критике и возражениям	1/К, 5/Л, 10/ПИ, 12/И, 0/АО

1	2	3
21	Отношение к опеке и наставлениям	9/И, 12/И
22	Отношение к правилам и законам	1/К, 2/С, 4/Г, 5/Л, 7/Ц, 9/И
23	Оценка себя в детстве	4/Ц, 7/С, 11/ИИ, 12/Л, 14/Л
24	Оценка отношения к школе	2/ЭЭН, 11/Ш Ш, 9/И
25	Оценка себя в данный момент	1/Г, 6/ПП, 8/А

Примечания:

1. Обозначение типов акцентуаций характера: Г – гипертимный, Ц – циклоидный, Л – лабильный, А – астеноневротический, С – сенситивный, П – психастенический, Ш – шизоидный, Э – эпилептоидный, И – истероидный, Н – неустойчивый, К – конформный.

2. Показатели: К – конформность, О – определение негативного отношения к исследованию, Д – возможная склонность к диссимуляции, Т – определение степени откровенности, В – показатель органической природы психопатии или акцентуации характера, Е – уровень эмансипации.

3. В ключах исследования: в числителе – номер выборки по темам, в знаменателе – психотипы или показатели.

4. Цифровые обозначения указывают на существующую склонность к алкоголизму.

Для подсчета баллов, полученных в пользу каждого типа и каждого показателя, необходимо суммировать общее количество имеющихся в выборке букв, обозначающих либо психотип, либо показатель одновременно в первом и во втором исследованиях (например: Г – 8, Ц – 9, А – 4, Л – 6, С – 4, П – 7, Ш – 11, Э – 6, И – 4, Н – 3, К – 6, О – 3, Д – 8, Т – 3, В – 4, Е – 2.). К ним приплюсовываются дополнительные баллы.

Дополнительные баллы, начисляемые по шкале объективной оценки

Показатели по графику шкалы объективной оценки	Начисляемые баллы
$\Gamma=0$ или $\Gamma=1$	П С
$\mathcal{C}=6$	Л
$A=4$	Л
$\Pi=0$ или $\Pi=1$	Н
$H=0$ или $H=1$	П
$\neg K=0$	Ш Ш И
$K=1$	Ш
$D=6$	Н
$T=D$	П П Ц
$B=5$	Э
$B=6$	Э Э
$E=6$	Ш И
$O=5$	Ш

Оценку графика удобно проводить в следующем порядке.

1. *Определение степени конформности.* Если $K=1$ или $K=0$, то это свидетельствует о низкой конформности или даже о неконформизме. В самооценке это наиболее присуще представителям шизоидного и истероидного типов. При $K=2$ или $K=3$ конформность умеренная, при $K=4$ и $K=5$ – средняя, а при $K=6$ и более баллам – высокая.

2. *Определение негативного отношения к исследованию.* Величина показателя O , равная 6 и более баллам, свидетельствует о скрытом негативном отношении к исследованию. Надежность правильности диагностики типа при этом снижается.

3. *Определение возможной склонности к диссимуляции.* Если показатель

Д превышает показатель Т на 4 и более баллов, то это свидетельствует о диссимуляции, что снижает надежность диагностики типа и практически полностью исключает правильную диагностику типов Ц и К. Сам по себе высокий показатель Д (безотносительно с величиной Т), особенно если Д равно 6 и более баллам, наиболее часто встречается у представителей типа Н.

4. *Определение степени откровенности.* Если $T > Д$, то это указывает на значительную откровенность в самооценке. Чаще других это встречается у представителей типов Ц и особенно П.

5. *Диагностика органической природы психопатии или акцентуации характера.* Указание на возможную органическую природу может быть получено с помощью индекса В, если его величина равна 5 и более баллам. Показатель В меньше 5 не исключает органического генезиса, так как лишь в 45% органических психопатий показатель В равен 5 и более баллам. Высокий показатель В встречается у представителей типа Э.

6. *Оценка реакции эмансипации.* Точное ее отражение в самооценке, но не в поведении проводится на основании показателя Е: если этот показатель равен 0 или 1 – реакция эмансипации слабая, если $E=2$ или $E=3$ – умеренная, если $E=4$ и более – выраженная. В последнем случае типы С и П не диагностируются независимо от числа баллов в их пользу, так как представителям этих типов выраженная реакция эмансипации не свойственна. Высокий показатель Е, равный 6 и более баллам, чаще всего встречается у представителей типов Ш и И. По-видимому, это связано с нередко присущим представителям этих типов нонконформизмом. Следует отметить, что у гипертимного типа реакция эмансипации нередко бывает сильно выражена в поведении, но ее отражение в самооценке гораздо более умеренное.

7. *Оценка психологической склонности к делинквентности.* На основании этого показателя неодинакова для подростков мужского и женского пола и для представителей разных типов. В данном опроснике показатель делинквентности представлен для мужского пола.

Низкий балл делинквентности вовсе не свидетельствует об отсутствии психологической склонности к ней (кроме случаев, где диагностирован тип С).

Указанием на возможную склонность к делинквентности служит показатель Д, если он равен: при типах Г и Л – 2 баллам и более, при типах Э и И – 4 баллам и более. При типах Ш и Н склонность к делинквентности не может быть определена с помощью данного показателя. У представителей типа Ш этот показатель может быть весьма высоким безо всякой склонности к делинквентности. При типе Н он обычно низок, но представители этого типа не нуждаются в выявлении склонности к делинквентности с помощью особого показателя, так как в условиях безнадзорности они, как правило, обнаруживают делинквентное поведение.

8. *Оценка психологической склонности к алкоголизму.* Цифровые баллы за выборы, сделанные по теме «Отношение к спиртным напиткам» в первом и во втором исследованиях, суммируются алгебраически, т. е. с учетом знака. При суммарной величине +2 и выше можно говорить о наличии психологической склонности к употреблению спиртных напитков. Очень высокие показатели +6 и выше свидетельствует не об интенсивной алкоголизации, а о стремлении демонстрировать свою склонность к выпивкам (чаще встречается у представителей типа И). Отрицательная величина говорит об отсутствии психологической склонности к алкоголизации; величина, равная 0 или +1, является неопределенным результатом.

Правила диагностики типов по шкале объективной оценки

1. Если не достигнуто минимальное диагностическое число (МДЧ) ни у одного типа, то в таком случае диагностику провести невозможно.

2. В случае, если МДЧ неодинаково для разных типов или равно, то используют следующую схему:

МДЧ	7	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6
Типы	Г	Ц	Л	А	С	П	Ш	Э	И	Н	К

Правило 1. Если МДЧ достигнуто или превышено только в отношении одного типа, то диагностируется этот тип (кроме случаев, предусмотренных правилами 2 и 3).

Правило 2. Если констатирована возможность диссимуляции ($D=T=4$), то типы Ц и К не диагностируются независимо от числа набранных в их пользу баллов.

Правило 3. Если сильно выражена реакция эмансипации ($E4$), то типы С и П не диагностируются, независимо от числа набранных в их пользу баллов.

Правило 4. Если МДЧ достигнуто или превышено в отношении типа К и еще другого (других) типов, то тип К не диагностируется независимо от числа набранных в его пользу баллов.

Правило 5. Если после исключений, сделанных соответственно правилам 2, 3 и 4, оказывается, что МДЧ достигнуто или превышено в отношении двух типов, то:

а) в случаях нижеперечисленных совместимых сочетаний¹ диагностируется смешанный тип:

ГЦ, ГИ, ГН;

ЦЛ;

ЛА, ЛС, ЛН;

АС, АП, АИ;

СП, СШ;

ПШ;

ШЭ, ШИ, НШ;

ЭИ, ЭН;

ИН;

б) при остальных сочетаниях, признанных несовместимыми, диагностируется тот из двух типов, в пользу которого получено большее превышение в баллах над его МДЧ;

в) если в отношении двух несовместимых типов имеется одинаковое по числу баллов превышение их над МДЧ, то для исключения одного из них руководствуются следующим принципом доминирования (сохраняется тип, указанный после знака равенства):

$G + L = G;$ $C + A = A;$ $L + P = P;$

¹ Исключение представляет случай, предусмотренный правилом 6.

$\Gamma + A = A;$ $\mathcal{C} + C = C;$ $L + \mathcal{H} = \mathcal{H};$
 $\Gamma + C = \Gamma;$ $\mathcal{C} + \Pi = \Pi;$ $L + \mathcal{E} = \mathcal{E};$
 $\Gamma + \Pi = \Pi;$ $\mathcal{C} + \mathcal{H} = \mathcal{H};$
 $\Gamma + \mathcal{H} = \mathcal{H};$ $\mathcal{C} + \mathcal{E} = \mathcal{E};$
 $\Gamma + \mathcal{E} = \Gamma;$ $\mathcal{C} + \mathcal{H} = \mathcal{H};$
 $\mathcal{C} + \mathcal{H} = \mathcal{H};$
 $A + \mathcal{H} = \mathcal{H};$ $C + \mathcal{E} = \mathcal{E};$ $\Pi + \mathcal{E} = \mathcal{E};$
 $A + \mathcal{E} = \mathcal{E};$ $C + \mathcal{H} = \mathcal{H};$ $\Pi + \mathcal{H} = \mathcal{H};$
 $A + \mathcal{H} = \mathcal{H};$ $C + \mathcal{H} = \mathcal{H};$ $\Pi + \mathcal{H} = \mathcal{H}.$

Правило 6. Если в пользу какого-либо типа набрано столь большое число баллов, что возвышение его над МДЧ превышает возвышение другого (других) типов над его (их) МДЧ не менее чем на 4 балла, то эти нарастающие на 4 и более баллов типы не диагностируются, даже если сочетание совместимо.

Правило 7. Если МДЧ достигнуто или превышено в отношении трех и более типов и по правилам 2, 3, 4 и 6 их число не удастся сократить до двух, то среди этих типов отбираются два, в пользу которых получено наибольшее превышение в баллах над их МДЧ, и далее руководствуются правилом 5.

Правило 8. Во всех остальных случаях при необходимости сделать выбор между несколькими типами, в отношении которых МДЧ только достигнуто или набрано одинаковое число баллов, превышающее их МДЧ, диагностируются 1–2 типа, которые в соответствии с пунктом «а» совмещаются с наибольшим числом из остальных сравниваемых.

Оглавление

Введение.....	3
1. Личностно ориентированные основы гуманного образования.....	5
2. Личностно ориентированные технологии образования в подростковом и юношеском возрасте	12
3. Личностно ориентированная профилактика девиантного поведения детей и подростков.....	30
4. Психофизиология наркотизма	48
5. Личностно ориентированная психолого-педагогическая технология профилактики аддиктивного поведения учащихся.....	57
Прогнозирование аддиктивного поведения учащихся.....	57
История происхождения наркотических веществ.....	69
Частные формы наркомании и действие наркотиков на организм человека.....	73
Действие наркотиков на физиологические системы организма.....	83
Законодательные акты, предупреждающие злоупотребление наркотических и психоактивных веществ	89
Психотехнические упражнения.....	98
Ролевая игра «Судебный процесс над наркоманом».....	112
Заключение.....	119
Библиографический список.....	120
Приложение 1. Программа занятий по развитию мотивов межличностных отношений у подростков 12–15 лет.....	129
Приложение 2. Патохарактерологический диагностический опросник.....	145

Селиверстова Галина Петровна
Югова Елена Анатольевна

ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПРОФИЛАКТИКА
АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ

Редактор Л.И. Кузнецова

Печатается по постановлению
редакционно-издательского совета университета

Подписано в печать 14.01.05. Формат 60х4/16. Бумага писчая №1.

Усл. печ. л. 9,0. Уч.-изд. л. 9,5. Тираж 200 экз. Заказ № 10

Издательство Российского государственного профессионально-педагогического университета. Екатеринбург, ул. Машиностроителей, 11.

Ризограф РГПТУ. Екатеринбург, ул. Машиностроителей, 11.

